

AVANTGARDE

"Aktiv livsstil i rusfritt miljø"



Organ for Norske Jernbaners Avantgard

Nr. 1 - 2006

100. Årgang

INNHOOLD:

- S.2 Minneord
Jubilanter
- " 3 Redaktørens ytringer
- " 4 Alkohol og alkoholisme
- " 5 Aktivitetsnemndas tur
- " 6 Avholdsplikt og promillegrense
Alkoholfri representasjon
- " 7 NJAU 60 år!
- " 8 Vinterkurset
- " 9 Temamøte i Drammen
Dugnad på Høl
- " 10 Kvinnenemnda inviterer
- " 11 Landsmøtet 2006
Ekstraordinært landsmøte
- " 12 Jeg skulle bare prøve litt hasj
Europa drikker
Drikker seg til døde
- " 13 Årsberetning for
aktivitetsnemnda
Alkohol er verstingen
- " 14 - 15
Tillitsvalgskonferansen
- " 15 Aktivitetsnemnda inviterer til
fjellfest
NordAN Konferanse
- " 16 Fylla har skylda
Mellom nytelse og smerte
- " 17 Når kolleger drikker
- " 18 Internettadresser
- " 19 Julemøtet i Drammen
Tigger om hjelp i fengsel

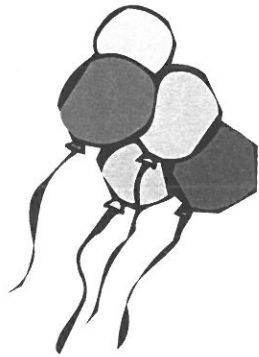


Vi minner om:

Landsmøtet på Lygnasæter

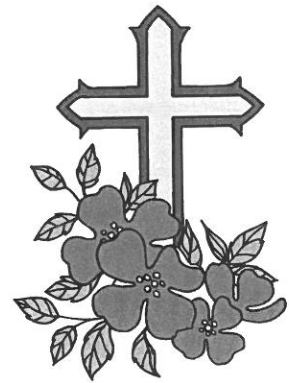
5. - 7. mai 2006

Se side 11



Jubilanter

Oslo					
JOHNSEN KÅRE	1734	HAFSLUNDØY	1	7	1931 75 "
BRAATEN ELISABETH	1850	MYSEN	2	7	1956 50 "
SKARTSÆTERHAGEN I	1781	HALDEN	28	8	1921 85 "
JOHNSEN ASTRID	1734	HAFSLUNDØY	24	9	1931 75 "
JOHANSEN JON PER	2050	JESSHEIM	24	9	1946 60 "
NYGAARD JOHANNES	2010	STRØMMEN	7	11	1921 85 "
LIER JOHN VIDAR	1639	GML FREDRIKSTAD	28	11	1956 50 "
Drammen					
LARSEN ULF M.	3033	DRAMMEN	16	7	1931 75 "
JOHANSEN INGER M.	3035	DRAMMEN	31	8	1911 95 "
THOVSEN IVAR	3613	KONGSBERG	8	9	1926 80 "
KLAUSEN ARVID	3057	SOLBERGELVEN	1	10	1936 70 "
WIKE ODD A.	3048	DRAMMEN	13	11	1916 90 "
KRISTIANSEN PER ARVE	3028	DRAMMEN	16	11	1946 60 "
Hamar					
NILSEN BRITHA N.	2318	HAMAR	24	9	1936 70 "
SOLBAKKEN MORTEN	2380	BRUMMUNDDAL	14	12	1956 50 "
Stavanger					
EGELAND KIRSTEN	4323	SANDNES	4	7	1931 75 "
ØSTERLI ELSE L.	4015	STAVANGER	28	9	1926 80 "
LIMA JULIE	4368	VARHAUG	10	12	1921 85 "
Kristiansand					
JOHANSEN KJELL	3791	KRAGERØ	26	8	1946 60 "
REINERTSEN TORREY	4640	SØGNE	10	9	1931 75 "
ESKILDT OLAV G.	4846	ARENDAL	7	10	1916 90 "
RØED GERD	4645	NODELAND	15	12	1931 75 "
Bergen					
ANTONESEN EGIL	5053	BERGEN	16	7	1931 75 "
ALMENNINGEN AGNES	5743	FLÅM	16	10	1931 75 "
SKEIE LARS	5008	BERGEN	21	11	1916 90 "
Trondheim					
TEIGEN ANNA MARIE	2672	SEL	17	7	1926 80 "
LERVIK ANDREA	8663	MOSJØEN	21	8	1921 85 "
WALSETH KJELLRUN	7028	TRONDHEIM	3	9	1931 75 "
LANGØRGEN ARNFINN		TRONDHEIM	9	12	1946 60 "
HJELLE HARRY	8516	NARVIK	13	12	1926 80 "



Minneord.

Kjell D. Larsen til minne.

Det var med vemod vi mottok meldingen om Kjell D. Larsens bortgang. Kjell hadde vært syk i lengre tid, så dødsbudskapet kom ikke uventet.

Kjell arbeidet mesteparten av sitt yrkesaktive liv ved NSB. Han var ansatt i det som den gang hetet baneavdelingen, og de siste årene var han i NSB, smia i Skien.

Kjell var kjent som en dyktig håndverker og var flittig brukt til vedlikehold på ulike stasjoner i den gang Drammen Distrikt.

Kjell kom tidlig med i avholdsbevegelsen gjennom NJA avdeling 9, Skien, hvor han hadde mange tillitsverv. Han var et ja-menneske, og med sin arbeidskapasitet, og sin vilje til å gjøre en jobb, var han en stor ressurs, både for vår avdeling og for NJA sentralt.

Kjell var et stille og rolig menneske, som aldri sa et vondt ord om andre. Han var en god venn som vil bli savnet av oss alle. Størst blir savnet for Lilly, for datter / sviger-sønn og barnebarn, som har mistet en kjær mann, far, svigerfar og bestefar.

Kjell døde den 9. januar 2006, 86 år gammel. Han ble gravlagt fra Nordre Gravlund den 13. januar 2006 og et fullsatt kapell fulgte han til graven.

Vi takker Kjell for hva han har betydd for oss som venn, og for sin innsats for NJA sentralt og for avdelingen i Skien.

Vi lyser fred over Kjells gode minne.

Håkon Olsen.

Redaktør og ekspeditør av bladet:

Reidar Flatland
Planteskolen 26, 3024 DRAMMEN.
E.post: refla@c2i.net
Tel. 32 82 67 82 / 95 87 02 93

Forbundsleder

Gunnar Vestby
Moskusvn. 2, 2409 ELVERUM
Tel. 62 41 37 06 / 91 30 80 88
E.post: gunnar.vestby@jbv.no
gunnar@vestby.as

Nestleder

Karin Johannessen Rysst
Åsgårdstrandvn. 434,
3155 ÅSGÅRDSTRAND
Tel. 33 33 13 00 / 93 25 57 59
Epost: karrysst@online.no

Forbundssekretær

Ove Carstensen
Tunvollvn. 1, 3057 SOLBERGELVA
Tel. 32 23 05 60
Epost: ovec@nsb.no
ove-cars@online.no

Organisasjonssekretær

Ellen Källmann Hennem
Solbergvn. 43, 3057 SOLBERGELVA
Tel. 32 87 28 32 / 91 65 71 52
Epost: eka@jbv.no
ellen.kallmann.hennem@online.no

Forbundskasserer

Morten Bjørge
Skinstrytesvingen 5,
2209 KONGSVINGER
Tel. 62 81 72 26 / 48 22 78 00
E.post: morte-bj@online.no

Kvinnenemndas leder:

Brynhild M.Solberg
Mjeldheimskleiva 46,
5261 INDRE ARNA
Tel. 55 24 06 15

Opplysnings og studienemndas leder:

Per Gommerud
Sandskroken 15,
3055 KROKSTADELVA
Tlf.: 32 87 84 89 / 91 80 54 21
E.post: p.gommerud@c2i.net

Aktivitetnemndas leder:

Knut Andersen
Hyggenveien 57b, 3442 Hyggen
Tel: 31 28 76 65 / 90 60 39 95

Redaktørens ytringer

Handlingsplaner.

Et nytt Landsmøte står for døren. Det er kanskje ikke så mange som har begynt å forberede saker som skal tas opp der, når vi enda bare så vidt har snudd om til mars måned på kalenderen. Vår tidligere leder, Rolf Andreassen, sa på tillitsvalgtsamlingen i Sandefjord at man måtte sette av rikelig tid til punktet Handlingsplan. Det er den viktigste sak et landsmøte behandler fordi det er den som legger løpet – staker ut kursen – for forbundet det neste året. Jeg vil også legge til – ved siden av budsjettet. Budsjettet forteller hva forbundet skal bruke penger på - og hva de ikke skal bruke penger på. Det er mange som er av den oppfatning at Forbundsstyret skal legge opp til hva nemnder og avdelinger skal arbeide med. Det er en misoppfatning. Forbundsstyret skal, etter redaktørens oppfatning, bearbeide oversikter, rapporter, protokoller og beretninger om den totale virksomheten og rapportere - sende beretning og revidert regnskap til de instanser forbundet blant annet får økonomisk støtte fra. Selvfølgelig skal forbundet også samordne virksomheten og være de som taler vår sak utad. De som skal ta seg av sammenkomster for medlemmene og andre innen jenbaneselskapene er avdelingene og nemndene. Jeg er ikke tilhenger av store (og dyre) opplegg med foredragsholdere og profesjonelle underholdere. Avdelingene sliter med å holde møter og å skape aktiviteter. Jeg er ikke så sikker på om det nødvendigvis må være et styre som skal forestå aktiviteter. Nei, styret i nemndene og avdelingene bør heller overlate opplegg og gjennomføring til et par personer som har interesser og erfaring med å arrangere for eksempel - fotturer, sykkelturner, badeturer, campingturner, utflukter til messer og stemner. Ja, det er bare å ha øyne og ører åpne og så får medlemmer eller styret i -

det være seg i avdeling eller nemnda kontakt med medlemmer eller kolleger som de kjenner til har interesse eller er lokalkjent. Feriestedene våre burde være glimrende utgangspunkt for utflukter. En weekend på Øynaden med konsert i kulturhuset på Ål på lørdagskvelden er vel ikke ”å kimse” av, eller hva sier du Brynhild? Det hadde ikke vært feil om det samme helg ble arrangert Weekend samling på Høl med tur til Kilsloftet. Som man forstår, må det ikke være opplegg som krever store forberedelser, men det må planlegges og ikke minst – kunngjøres - og det i god tid. Det ville være et godt stykke på veg til å snu en utvikling, hvis man på Landsmøtet kunne komme fram til et rikt spekter av program - innspill til aktiviteter og interessante sammenkomster. Det kanskje største problemet og som kan kreve en inngående debatt om på Landsmøtet, er hvilke kanaler som skal benyttes for å nå ut til alle innen Jernbaneselskapene. Er det for eksempel mulig å få til en distribusjon av oppslag gjennom de forskjellige personalkontorene? Som vi har vært inne på tidligere, det er ved aktivitet vi kan skaffe nye medlemmer og det er ved aktiviteter i rusfrie omgivelser man skaper trygge og gode relasjoner. Velkommen til Landsmøte på Lyngsæter og - God Påske.

“Sakset fra Hallingdølen”

Alkohol og alkoholisme

“Korleis er mitt forhold til alkohol?”

Einar Vindegg

Dei fleste har ikkje noko klart svar på dette spørsmålet, men for mange av oss blir det overlag viktig om kort tid. Somme seier at om du brukar det, vil det forandre heile deg og bestemme kva du vil. Dette er i så fall mistenkeleg. Du er ikkje den som let andre bestemme over deg.

Viss du er enig så langt, tar vi ein titt på spørsmålet att. To spørsmål melder seg: Kva er eigentleg alkohol? Koleis virkar dette stoffet i kroppen min? Veit vi nok, kan vi kanskje bruke fornufta og la den løyse problemet?

Fleire typar

Det er fleire typar alkoholar. Dei to meist kjente er etylalkohol eller vanleg sprit, og metanol eller tresprit som har den enklaste, kjemiske formelen av alle alkoholane. Metanol er blandbar med vatn og er ei vassklar veske. Ho virkar berusande og er svært giftig. Metanolrus fører til at personen blir blind. Farleg dose er 7-8 gram, og dødeleg dose er 30- 50 gram.

Etylalkohol blir og kalla etanol eller sprit. Grunnleggaren av Farmakologisk institutt ved universitetet i Oslo skreiv ei lærebok i Farmakologi som er blitt omsett til tysk, engelsk og spansk, og brukt som lærebok for medisinstudentar. Vi skal her høyre kva professor Poul Poulsen skriv om etylalkohol. Vi finn det under “Narkotika av fet-trekken” ved sida av dei velkjente bedøvingsmiddel kloroform og eter.

Alkoholens virkningar: I små doser frembringer alkohol hos de fleste fornemmelsen av åndelig og legemelig velvære, tilfreds, velvillig og meddelsom sinnsstemning ... tungens bånd løsnes selv hos ellers meget forsakte og forlegne pesoner; talernes rekke begynner og alle er meget tilfreds med hva de selv sier. Kroppsarbeiderne praler med legemlig styrke. Åndsarbeiderne bevarer bedre den ytre anstand, men er forresten affisert på tilsvarende måte. De har som oftest tydelig forhøyet selvfølelse, inntrykket av lett å kunne overvinne mange vanskeligheter som gjør det daglige liv trivielt, føler seg i det hele tatt som meget vel utrustede individer og innretter sin tale og handlemåte deretter.”

Læreboka i farmakologi greier så ut likskapen mellom alkohol, eter og kloroform som alle er narkotiske stoff som virkar mellombels lammande på nervecellene i sentral-

nervesystemet. Alkohol virkar langsommare ved svak dosering enn dei to andre. Først blir storehjernen med sine overordna senter i barken påvirka og sett ut av funksjon. Ein rusa person har såleis ikkje herredøme over sjølvkontroll og tankar, kjensler og handlingar. Overordna senter fungerer ikkje, så fornufta er fråverande. Ruspåverknaden av hjernen aukar om tilførselen av alkohol til blodet held fram. Somme blir kjelne og snille, andre kranglete og farlege. Verknaden når snart veslehjernen med senteret for balanse. Likevekta sviktar. Går giftverknadene enno vidare, blir den forlenga marg ramma. Her er livsviktige senter. Poulsen skriv i læreboka si: “Etter meget store doser antar virkningen likhet med eter- og kloroformnarkose, slik vi kjenner den fra operasjonsstuen.”

Medvitslaus og kjenslelaus

Når ein alkoholorusa person når dette stadiet, er han heilt medvitslaus og kjenslelaus. Ved brekningar går mageinnhaldet ned i lungene. Viss den rusa ikkje dør av brekningar, blir åndedrettssenteret påvirka og sett ut av funksjon. Det er såleis sikkert at det er livsfarleg å drikke for mykje. Og ein rusa person veit ikkje kva han har gjort. Ein narkoselege passsar alltid på at narkosen ikkje påverkar åndedrettssenteret. Han overtek i så fall oksygentilførselen til lungene og let narkosen gå tilbake mot storehjernen. Dette er det alminnelege bildet av alkoholverknaden, men det er ein verknad til: Alkohol har tilvenjande verknad. Morfin og alkohol gjev i små dosar ei vellystig kjensle både til kropp og sjel. Dette gir trang til å oppleve det på nytt, og etter ei viss tid utviklar det seg morfinisme eller alkoholisme. Det blir smerter i kroppen ved abstinens - når kroppen ikkje er påvirka av det stoffet ein brukar. Å bli morfinist eller alkoholist er ein farleg, sjukleg tilstand som oppstår ved kronisk misbruk av eit narkotisk stoff. Alkoholisme er ei svært utbreidd lidning i samfunnet vårt. I “Store norske leksikon” kan ein lese; “Ein reknar med at det er 60 - 100.000 alkoholikarar i landet vårt, og i tillegg til desse 200.000 misbrukarar. Til meir utbreidd alkohol er i eit folk, til meir utbreidd er også alkoholisme.”

For farleg

Eg begynte med å stille spørsmålet om kva som er mitt forhold til alkohol. No er det lettare å svare på det. Det er for farleg å bruke eit stoff som ein så lett blir avhengig av og som vekkjer ein varig trang etter meir av same slaget. Hjernen utviklar seg til vi er omlag 25 år. Men celleanlegg ga løysest opp når det kjem alkohol i blodet, så hjernen vert ikkje det han kunne ha blitt. Dette er grunnen til at i min ungdom vart avhaldande frå alkohol.

Aktivitetensnemndas tur

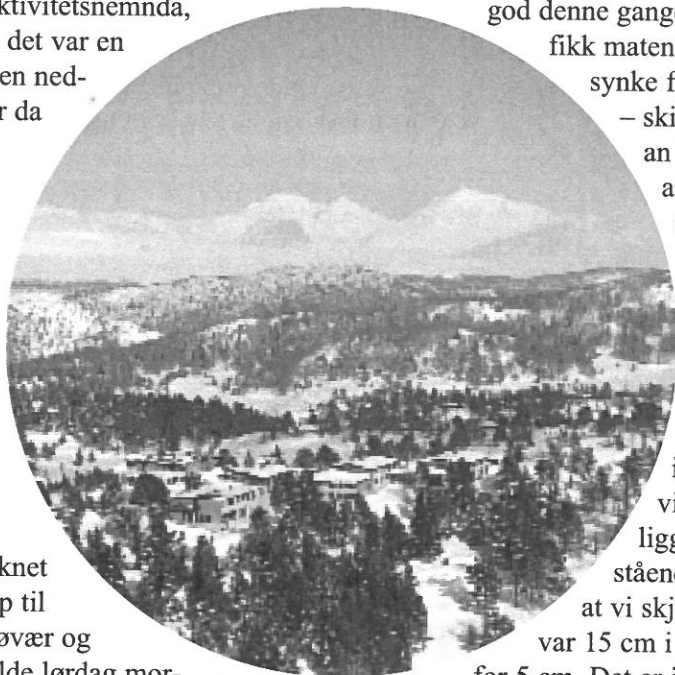
Så var dagen endelig her - fredag 3. februar - vi skulle nordover til Otta og et lenge etterlengtet gjen-syn med Raphamn og Rondeslottet. Med på Aktivitetsnemnda sitt Vintertreff ble vi til slutt 26 stykker med store og små. Vi fikk to beklagelige forfall helt på slutten, men også en etter-anmelding da Kjell M. Sveen tok med barnebarnet sitt, Cathrine. Det var her hotellverten vår, Mons Kjørlaus - som er tidligere Norgesmester i eldre junior i Skiskyting - viste seg fra sin mest servicevennlige side og ikke tok betalt for forfall meldt siste uke, ei heller for ekstra matpakke ved avreise. Det legger vi merke til Mons, og vi kommer tilbake så fort som mulig.

Vi var 14 stykker som møtte opp i Drammen til tog 812 med avgang 09.52, men på grunn av toghavari i Vestfold ble toget 30 minutter forsinket. Med effektiv kjøring og god oppfølging av togleder ankommer vi Otta kl. 14.31, kun to små minutter forsinket. Minibussen venter på oss på Otta og tar oss raskt og smidig opp de krappe og litt småglatte svingene og vi ankommer Rondeslottet i strålende sol.

Etter å ha installert seg på rommene gjorde enhver det man lystet fram til middag. Noen valgte å slappe av, barna hadde funnet bordtennisbordet, mens bl.a. Espen Krogstad og Kåre Engebretsen prøvde skiene på det litt skarpe føret. Til middag fikk vi selskap av Inger Marie og Gunnar Vestby, samt Knut Andersen og Jorun H. Hansen som hadde med datteren Marthe Hansen som ankom Rondeslottet i privatbil. Etter maten samlet vi oss i peisestua til en hyggelig kveldsstund. Vi er etter hvert blitt vant til sol og

fint vær på turene til Aktivitetsnemnda, så det var en liten ned-tur da vi

våknet opp til snøvær og kulde lørdag morgen. Etter en tur i svømmebassenget og frokost, var vi klar for hundekjøring. Egil Killi hadde tatt turen fra Dombås med totalt 12 Huskyer fordelt på to hundespenn. Dette var virkelig hunder som likte å løpe, de sto formelig og spant, så ivrige var de etter å komme i gang til tross for -14 grader, lett snødrev og sur vind. Egil hadde på forhånd kjørt opp en løype med snøscooter, så det var bare å sette i gang. Alle som ville fikk kjøre en gang, noen av barna fikk en ekstra tur. Vi voksne fikk lov å styre det bakre hundespennet, vel det viktigste var å passe på å bremse i nedoverbakke, så vi ikke kjørte inn i spennet foran. Hundene i det bakre spennet var nok de ivrigste, da de skulle vise at de var minst like gode til å løpe som lederhundene foran. Etter hundekjøringen fikk vi en liten fristund før lunsj. Undertegnede benyttet anledningen til en times skitur på silkemyk nysnø, behagelig fritt for kjendisfaktor golf og køgåing i fjellet. I lett snødrev gikk ferden innover fjellheimen mot Mysusæter. Behagelig stille gir tid til ettertanke - livet er herlig noen ganger...!



Maten på Rondeslottet var usedvanlig god denne gangen, og etter lunsj fikk maten så vidt tid til å synke før neste høydepunkt - skiskyting! Mons ledet an bort til skiskytterarenaen som lå bare et steinkast fra hotellet. Vi målte opp avstanden, internasjonale mål, som er 50 meters avstand fra blinken. Under innskytingen jukset vi litt og fikk skyte liggende skyting på stående blink. Det vil si at vi skjøt på en skive som var 15 cm i diameter i stedet for 5 cm. Det er jo litt hyggelig å se at blinken faller ned som Mons sa det. Det var da også mange som fikk føle gleden ved å se at kulen treffe blink - hver gang! Mest imponerende var kanskje Lotte Hansen, 10 år som aldri hadde tatt i et gevær, med litt hjelp av Stig Rønningen til å holde geværet, prikket hun inn fem treff! Alle hadde fått utdelt startnummer og etter runden med innskyting, startet en meget uoffisiell og uhøytidelig konkurranse. Fem runder inne på stadion og inn til skyting. Samtlige gjen-nomførte i fin stil, et lite pluss til forbundslederen som viste seg som en av de aller raskeste i sporet. Vel inne på standplass ble det verre å treffe blinkene. Kanskje med et lite unntak av Nicolas Valen, barnebarnet til Tore Johansen, som er aktiv juniorløper for Skarphedin i Bø, ble det straks ganske mye vanskeligere å prikke inn blinken når man kom inn på standplass til stående skyting med puls i 100+. Da var nok det tryggeste området man kunne oppholde seg midt i blinken, for skuddene havnet alle andre steder i nærliggende områder. Så da vet vi litt mer om prestasjonene til Ole Einar, Liv Grethe og de andre når de i

skrivende stund bryner seg på OL-løypene i Torino.

Etter middag lørdag kveld samlet vi oss igjen i peisestua. Jorun H. Hansen hadde laget spennende oppgaver og vi ble delt inn i grupper. Etterpå fikk alle fine premier som Jorun hadde hentet inn fra bedrifter i Drammensområdet bl.a. Jernbanens bank og forsikring, samt fra Oslo Distrikts Konduktørforening. Takk til alle bidragsyttere!

Søndag var avreisedag. Vi spiste frokost og med nysmurt matpakke, tok vi farvel med Rondeslottet for denne gang. Slitne, men fornøyde og lykkelige ankom vi Drammen søndag ettermiddag. Foruten de før nevnte personer var følgende med og gjorde dette til en kjempekoselig tur; Dina Rønningen, 1. år, som med sitt blide vesen sjarmerte samtlige deltakere, Martin M Carstensen, 9 som var yngste skiskytter, Martin T. Strand, 14 og Nina M. Carstensen, prinsessa vår på

7 år. Kvinnenemnda var representert ved Bente Moen.

Som en hyllest til Raphamn og Rondeslottet vil jeg avslutte med dette diktet av A. O. Vinje;

No ser eg atter slike fjell og dalar
som dei eg i min fyrste ungdom såg,
og same vind den heite panna svalar,
og gullet ligg på snø som før det låg.
Det er eit barnemål som til meg talar

og gjer meg tankeful, men endå fjåg.
Med ungdomsminne er den tala blanda;
Det strøymer på meg så eg knapt kan anda.

Takk til alle som var med på å gjøre dette til en hyggelig og minnerik tur sammen med Aktivitetsnemnda i NJA!
Ove Carstensen



Gunnar Vestby, sammen med noen av deltagerne.

Avholdsplikt og promillegrense:

Strengere krav til jernbaneansatte.

Regjeringen la i statsråd i dag fram et lovforslag om å oppheve "avholdspliktløven", samtidig som de aktuelle bestemmelsene om "pliktmessig avhold" skal oppdateres og videreføres i vegtrafikkloven og jernbaneloven.

Samtidig foreslås det at promillegrensen for førere og andre som arbeider med sikkerhet på jernbanen skal settes ned fra 0,5 til 0,2 promille. Det blir dessuten foreslått at disse ansatte skal få forbud mot å nyte alkohol eller andre rusmidler for en periode på opptil seks timer etter avsluttet tjeneste. Politiet skal ifølge forslaget kunne ta alkotest av personer som ledd i kontroll av jernbanevirksomhet, og av personer som er innblandet i ulykker.

Lovforslaget vil føre til et mer enhetlig regelverk i transportsektorene, og har til hensikt å styrke trafikksikkerheten.

Samme promillegrense og avholdspliktregler vil dermed gjelde for personer som arbeider innenfor luftfart, sjøtransport med større skip, jernbanetransport og vegtransport.

Alkoholfri representasjon.

Det svenske Vänsterpartiet har vedtatt å arbeide for helt alkoholfri representasjon i kommuner, landsting (fylke) og stat.

- Vår oppgave er ikke å by folk på alkohol for skattebetales penger, sa Åsa Hagestedt, som er kommunikasjonssjef i IOGT-NTO, da hun agiterte for sitt forslag på Vänsterpartiets kongress i Göteborg. Jeg mener Vänsterpartiet skal være en radikal kraft i alkoholspørsmålet, sa Hagestedt ifølge "Fakta, argument & debatt" som utgis av Blåbandsrørelsen og IOGT-NTO, og hun fikk forsamlingen med seg. Mens partiledelsen ønsket åpning for alkoholserving ved representasjon med internasjonale gjester, sa kongressen klart i fra at partiet skal motarbeide alkohol i all form for representasjon.

NJAU ER 60 ÅR og DU er invitert til markeringen!



NJAU? Nordisk Jernbane Avholds Union

Venner fra Finland, Sverige og Norge har tenkt å møtes på Öland.
Feiringen skjer på Böda på FNJ's Semesterhem i perioden
15. – 18. juni 2006

NJA arrangerer tur hit med bil/minibuss/buss – alt etter hvor mange vi blir.
Finland har meldt på ca 15 personer. Fra Sverige kommer det mange.

Fra Norge ???.

Program:

Torsdag 15.06:

Fredag 16.06:

Lørdag 17.06:

Søndag 18.06:

Ankomst, innkvartering, kaffe, middag, sosialt samvær.

Frokost, Forhandlinger: Skal NJAU videreføres / legges ned ?

Etter kaffe kl 12.00 disponerer du resten av dagen til middag
Frokost. Deretter legges det opp til å utforske Nordre Öland.

Vi besøker: Museijärnvägen (1.), Trollskogen (2.), Norra Udden (3.), Neptuni åkrar (4.). Kaffepause er innlagt på turen.
Jubileumsmiddag på kvelden.

Etter at frokosten er inntatt, takker vi for oss og bryter opp.



1.



2.



3.

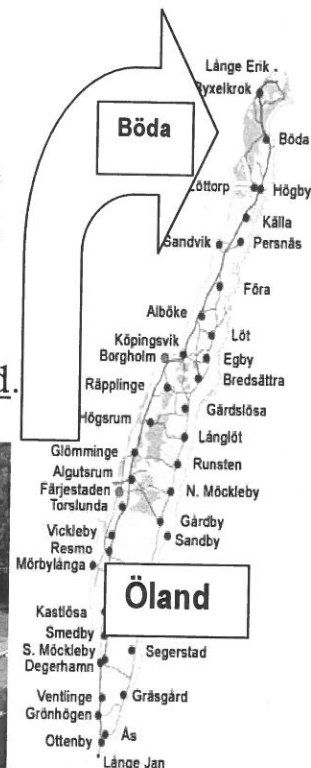


4.

Vi tenker oss å sette kursen mot Öland onsdag 14. juni. Det er ca 70 mil til Böda, og for at vi ikke skal bli for slitne på veien bort kan det være et alternativ å overnatte på et vandrerhjem på turen, eller kjøre natt til torsdag 15.06. Dette vil vi vurdere i samråd med våre reisedeltagere.

På FNJ's Semesterhem er det god plass inne, i hytter og til telter ute ved behov.
Beregnet kuvertpris for turen i buss, overnatting under tak og med full pensjon blir kr 1.700,- Enkeltrom? +kr 200,- Påmelding senest onsdag 31. mai kl 20.00 til Karin Joh. Rysst: tlf.: 33 33 13 00 / 93 25 57 59 E-post: karin@rysst.net

Bli med oss - opplev Öland



Vinterkurset på Skinnarbu.

Nok en gang har Studienemnda truffet innertieren i ren Bjørndalen stil. Et perfekt tilrettelagt kurs med gode forelesere og aktuelle temaer under mottoet "Få det ut". Det eneste beklagelige var at ikke flere prioriterte dette kurset.

Det var 32 kursdeltagere tilstede, da leder i Studienemnda, Per Gommerud ønsket velkommen. Sykdomsforfall og en del andre faktorer vil være sentrale, når nemnda skal evaluere kurset. Deltagerne kom til Skinnarbu i strålende vintervær, noen i privatbiler og de fleste med buss oppsatt fra Drammen. Skinnarbu ligger jo perifert i forhold til jernbane. Riktignok var det jernbanedrift fram til Rjukan, men den ble nedlagt i 1991. For å angi beliggenheten litt nærmere, ligger Skinnarbu omlag midtvegs mellom Rjukan og Rauland, om lag 950 meter over havet og med panoramautsikt over Møsvatn og søre del av Hardangervidda. Før vi kom så langt som til Skinnarbu kjørte vi gjennom steder kjent fra verdenshistorien som; den 4 mil lange og over 600 meter djupe Tinnsjøen med togferjene Storegut og dampskipet Ammonia, Rjukanfossen, Vemork og taugbanen Krossobanen. Det var et velholdt og trivelig hotell vi kom til med velutstyrt og romslige værelser, god mat og tjenestevillig personale.

Første foreleser var Sigmund Ruud, daglig leder av Kirkens Bymisjon i Drammen. Han er utdannet sykepleier, geriatri (omsorg for eldre) og diakon. Det er Kirkens Bymisjon i flere byer i Norge og alle er egne stiftelser. I Drammen driver de to tiltak, det er en varmestue som betjenes av frivillige noen timer om dagen med blant annet servering av mat til hardt belastede rusavhengige. Det andre er et LAR-tiltak hvor det legges til rette for arbeidsoppgaver som vaktmestertjenester, verksted for oppussing av møbler og lignende. Drammen Bymisjon har et nært samarbeid med Drammen Røde Kors. De har samtaler med rusmisbrukere blant annet om at livet er noe mer enn rusen. Ruud la vekt på at det er viktig



Noen av deltagerene

å få tilbake troen på livet, ved å hente fram opplevde høydepunkter og samtale om det som en synes er godt. Empati er å ta på seg den annens sko, å tenke med den annens hode og å føle med den annens hjerte. Det er viktig å gi hverandre tillit, men noen ganger må man si ifra og la egne følelser bestemme. K.E. Løgstrup har engang skrevet: "Den enkelte har aldri med et annet menneske å gjøre, uten å holde noe av dette menneskets liv i sine hender." Ingen er bare det du ser, vi må ikke bare være skeptikere, men kontaktsøkende og oppmerksom. Respekt betyr; se en gang til.

Etter lunsj var det satt av tid til å benytte omkringliggende herligheter, noen til fots på beina og andre på ski. De som ikke tok så lang tur, hadde anledning til å få prøve dansefoten. Astrid og Einar Sortdal underviste i Eiker-riil, "Line"-dans og Tre-tur fra Fana. Resultatet fikk alle se søndag kveld på oppvisningen. Mens det enda var lyst ute, ble vi tatt med opp i Nasjonalpark Senteret, hvor vi kunne se og lese det meste om Hardangervidda og om miljøvern.

Som avslutning på lørdagen ble deltagerne invitert til foredragssalen, men denne gang for å bli underholdt og ikke minst å få en historisk gjennomgang av Rjukans historie. Det var viser og sang akkompagnert på gitar og orgel av Helge Sjonge og Øystein (Rollan ?). En minnerik opplevelse.

Neste foreleser var Arnold Lexander fra Høyskolesenteret i Drammen som snakket om "Trygg oppvekt" Han begynte med å snakke om rusmisbrukeren og sa at det finnes faktisk en logikk innen feltet rus.

Alle rusmisbrukere som vil ut av "kjøret", møter en rekke utfordringer som; venneløs, fremmedgjort i det sosiale liv, fremmed i arbeidslivssammenheng og han må starte med manglende adferdsreferanser. Når han er kommet i stabiliseringsfasen er det viktig at han får et nytt fellesskap og sosialt miljø som innbyr til å snakke åpent om livets prøvelser slik at han ikke er alene med problemene. Man må være anerkjent for å erkjenne ting. Skam og lojalitet er vanskeligheter man holder for seg selv og som er vanskelig å snakke om, med sine nærmeste. Det er viktig å bygge opp selvilliten, få et godt selvbilde. Til stor hjelp vil være at noen involverer seg, da må man risikere å utlevere seg litt og på den måten gjøre seg sårbar, men det er ikke farlig. Vi er alle et resultat av hvordan vi er blitt møtt av våre omgivelser

Begge foreleserne utfylte hverandre på en meget god måte og det andre foredraget var like interessant som det første. Begge visste om hverandre og kjente godt til hverandres arbeidsområder. Dagen ble avsluttet med underholdning av egne krefter, en hyggelig og stemningsfull sekvens oppe i Nasjonalpark senteret.

Også denne gangen hadde studienemnda fått Konsernoverlegen i NSB AS, Ørn Terje Foss til å snakke om Rusmiddelpolicy i konsernet som nylig er vedtatt i SAMU (Sentralarbeidsmiljøutvalget). Policyen består av 5 punkter som Foss utdypet nærmere og fikk kommentarer til. Han kom også inn på Etsiske retningslinjer og forklarte og kommenterte spørre-

skjemaene CAGE og AUDIT, det ene vil være aktuelt å bruke ved tilsetninger og det andre er mer beregnet brukt for ansatte. Han berørte også laboratorietestene GGT og CDT.

Studieleder og hans stab skal ha ros for vel gjennomført kurs, bare så synd at vi ikke var minst dobbelt så mange, det hadde kursledelsen fortjent.

Tross snøvær og 0-føre, greide vår utmerkede bussfører, Knut Andersen, å kjøre oss (som ikke kjørte egen bil) trygt hjem til Drammen og for viderereise med tog til Skien og Oslo.

ReF.



Utsikten

Dugnad på Høl.

Dugnad med mye "attåt". Dugnadsarbeide er sosialt og miljøskapende. Det behøver ikke engang være slitsomt.

Hva gjør vel det om man blir litt varm? Det er vann i bekken og/eller dusj inne. Det spares ikke på maten og i mai er det nydelig på Høl. Nyutsprunget løv på trærne, fuglekvitter fra tidlig morgen og fossedur. Styret vet å benytte årstiden godt.

Det inviteres til dugnad fra fredag 19. til søndag 21. mai 2006.

Det blir vesentlig arbeid for hobbysekkere, hobbymalere og ikke minst - renholdere.

Hvis du sier fra til Ove Carstensen eller Magnar Wøllo noen dager i forvegen, er det fint, av hensyn til proviantering.

Styret.

Temamøte i Drammen.

Avdelingen i Drammen har de senere år invitert naboavdelinger, lag og foreninger også ikke avholdslag, til temamøte.

Denne gangen ble møtet bestemt til lørdag 18. februar klokken 15.00 på kafé Globus. Temaet for møtet var "Følelser noe herk?". Interessen for møtet var upåklagelig, 57 var forhåndspåmeldt, et par ikke påmeldte oppveide for to sykdomsforfall.

Leder Per Gommerud åpnet og ønsket de frammøtte velkommen. Ut fra lederens og hans fru, Mindas hektiske virksomhet like før åpning, var det tydelig at noe ikke var som forutsatt. Foreleseren var ikke møtt opp og det var ingen som svarte på mobiltelefonen hennes, men etter en stund ble det svart på hennes privattelefon at foredragsholderen var ute for å handle.

For å si det med en gang, møtet ble ganske vellykket tross denne store glippen fra foredragsholder. Hun hadde glemt oss. Leder lovet å prøve å og få henne til å komme på et avdelingsmøte senere og at alle ville bli inviterte til å få høre foreleseren.

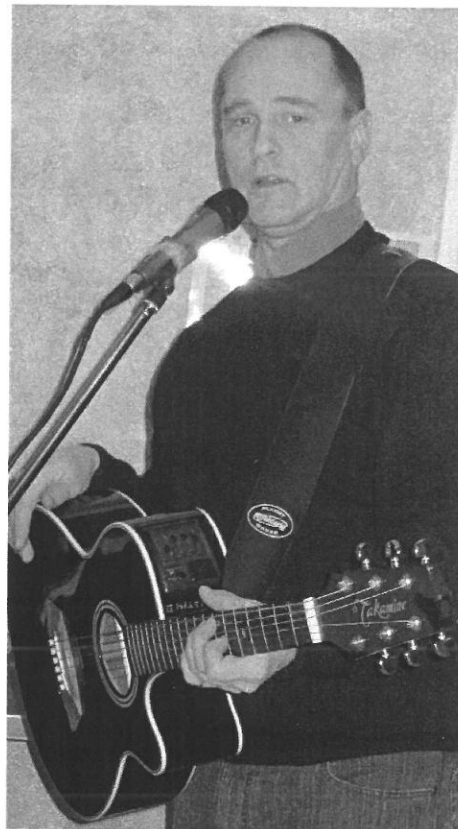
Harry Korslund, ansatt ved informasjonssavdelingen i Jernbaneverket og kjent som "Harry i Bua" fra TV, hadde sagt seg

villig til å underholde, og han skuffet ingen.

Mens vi ventet på han, ble noen trykte sanger delt ut og allsang er jo ikke ukjent for en forsamling som dette. Harry Korslund henvendte seg til publikum og fikk snart en bra oversikt over hvor tilhørerne hadde sine røtter. At han var fra Dokka kunne man bare høre av og til for maken til parodiering skal man lete lenge etter. Det var ikke lenge mellom latterbrølene fra publikum, etter at han satte i gang. Han behøvde ikke ty til lettvinde poeng fra debatten om muslimer og Muhammed-tegninger for å holde sitt publikum i ånde. Temaet gikk på alt fra, "å spise fibertabletter så de kommer ut som sponplater" og "hvordan står det til med vårs", til "Tru ikke alt du hører og si ikke alt du vet, da sparer du din dårlige samvittighet."

Når man til slutt blir servert nydelig kalvestek, kaffe og marsipankake, er tilsynelatende "Temamøte uten tema" glemt. For undertegnede hørte ikke noen mishagsyttringer. Men det er vel ikke til å undres over om styret i avdeling Drammen føler seg en smule snytt.

ReF.



Harry Korslund

Bli med Kvinnenemnda til Telemarkskanalen og Sommarland i Bø!

Høsttreffet avvikles i tiden **18. – 20. august** og er denne gang lagt til Bø Hotell – møtestedet midt i Telemark. Hotellet ligger kun 600 m fra stasjonen. Reise til og fra ordnes på egenhånd.

Vi møtes fredag kveld til stort "sommerbord", deretter følger et lite foredrag av Forbundssekretæren om Færøyene generelt og NordAN konferansen 2005 spesielt. Lørdag blir det tur på Telemarkskanalen, som ble hugget inn i fjellet for godt over 100 år siden. Da kanalen sto ferdig i 1892 ble den i Europa betegnet som et «åttende underverk». 500 mann hadde da jobbet i fem år med å sprengte seg vei gjennom fjellet. Vi blir med på strekningen Ulefoss – Lunde, som er den desidert flotteste del av kanalen. Vi får oppleve tre slusestasjoner, Ulefoss, Vrangfoss og Eidsfoss. Sistnevnte sluse løfter oss hele 15 meter. Ettermiddagen er satt av til aktiviteter under kyndig ledelse av pedagogisk leder i barnehage, Siri Daae Solberg. Ved oppholdsvær er vi ute – regner det er vi inne. Hun legger opp til leker som inkluderer barn i alle aldre, veileder og lar oss få med gode tips som vi kan videreutvikle hver for oss til gjensidig glede og nytte. På kvelden blir det igjen "sommerbord" og hyggelig samvær. Søndag er lagt opp til enten - bruke dagen på Bø Sommarland - eller til et

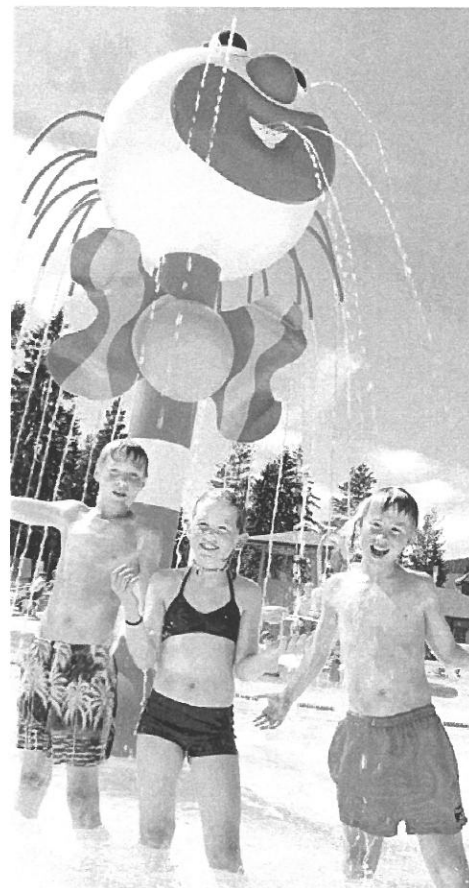
besøk i Bø Museum.

Bø Sommarland er kjent for "vannvittig" morsomme aktiviteter. Ungdommen trekkes mot de sosiale aktivitetene i "Mot i brystet" og "Sommarlandelva", utfordringer som gir et skikkelig kick. "Sentrifuga", "Flowrider" og "Magasuguet" er favoritter blant dem som liker action og spenning. Sommarland har klart å kombinere det tøffe med det trygge. Derfor er det også aktiviteter tilrettelagt for de små og de som bare vil "kose" seg. Bø Museum er kjent for mange flotte utstillinger som; bunader, hardingfeler, smikunst og det er landhandel. Pris for oppholdet, inkl. 1/1 pensjon kr 1000,- per pers. i dobbeltrom, enkeltromstillegg kr 300,-. Barn 4 – 13 år i ekstraseng i dobbeltrom kr 400,-. Barn under 4 år gratis.

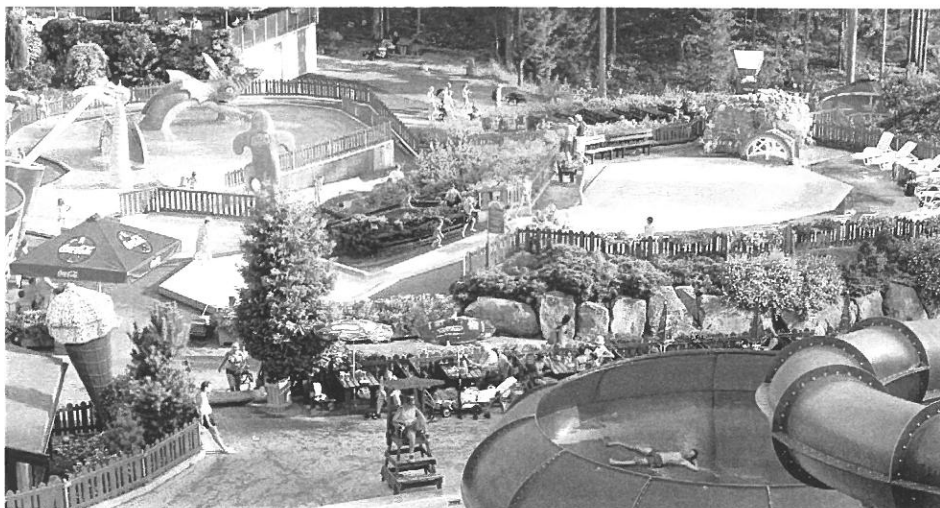
Billetter til Bø Sommarland og buss tur/retur hotellet og stasjonen kommer i tillegg til turprisen, totalt ca kr 150,00 pr. pers.

Gi beskjed ved påmelding om du vil være med til Sommarland eller Museet, eller eventuelle allergier, røykerom og lignende.

Påmeldingsfrist 6. juli (er det noen som får lyst til å være med etter denne fristen, er dette avhengig av om hotellet har plass) og skjer til Bente Moen på tlf 32 23 05 60 eller mob. 93 42 78 77.



Vi tror dette kan bli en fin weekend som passer for både store og små. Så vi håper å se flest mulig på Kvinnenemnda sitt **Høsttreff 2006 i Bø i august!**



EKSTRAORDINÆRT LANDSMØTE

Utferdsstaden
Øynaden eies og
drives av avdelingen i
Bergen og lederen,
Asbjørn Solberg,
skreiv i forrige nummer av
Avantgarde, at avdelingen har
blitt pålagt å koble vann og
kloakk til det kommunale vann
og kloakknettet. Dette blir en
kostbar affære og da avdelingen
ikke har de nødvendige pengene
på bok, er de avhengige av å gå
ut på lånemarkedet.

Avdelingen har henvendt seg til
avdelingen i Oslo og til Forbundsstyret.
Fra avdelingen i Oslo er det vedtatt å
kjøpe 10 andeler, hver pålydende kr.
10.000,-. Avdelingsstyret har kostnads-
beregnet dette store løftet til kr.
250.000,- og har derfor også henvendt
seg til Forbundet. Da pengene kanskje

må brukes før neste Landsmøte, har
forbundsstyret innkalt til
Ekstraordinært Landsmøte for å behan-
dle lånesøknaden.
Det ekstraordinære Landsmøtet ble
holdt på Hotell Atlantic i Sandefjord,
lørdag 14. januar 2006 kl. 10.00.
Forbundsformannen, Gunnar Vestby,
åpnet møtet og ønsket de 15 delegatene
velkommen. Innkallingen til det ekstra-
ordinære Landsmøtet, dagsordenen,
forretningsordenen og fullmakter ble
godkjent før man gikk til valg av diri-
gent, møtesekretær, referent, tellekorps
og to til å underskrive protokollen.
Til dirigent ble valgt Kåre Fossum
avdeling Drammen, til sekretær
Sigmund Bell Rysst avdeling
Drammen, til referent Kain
Johannessen Rysst avdeling Drammen,

til tellekorps ble valgt Ingrid
Holst Swensen og Alf Øiestad
begge avdeling Oslo og til å
underskrive protokollen ble
valgt Guttorm Stien og Rolf
Andreassen begge avdeling Oslo.
Til behandling:
Forslag om kjøp av andeler i
Utferdsstaden Øynaden.
Det brukes kr. 150.000,- til kjøp av 15
andeler, hver pålydende kr. 10.000,-.
Dette finansieres ved bruk av midler
fra Reguleringsfondet.
De som hadde ordet var: Asbjørn
Solberg, Per Gommerud, Rolf
Andreassen, Ove Carstensen, Guttorm
Stien og Gunnar Vestby.
Forbundets innstilling ble enstemmig
vedtatt.
Leder i avdeling Bergen takket for ved-
taket og forbundslederen takket diri-
gent og sekretariatet for vel gjennom-
ført Landsmøte. Forhandlingene ble
avsluttet kl. 11.30

LANDSMØTE

Landsmøtet på Lygnasæter.

NJA skal holde sitt 113. Landsmøte på
Lygnasæter Hotell i Gran kommune i dagene 5. til
7. mai 2006.

Forslag til Landsmøtet må være styret i hende
senest 5. april 2006.

Landsmøteforhandlingene har følgende møtetider:

Fredag 5. mai 15.00 – 18.00

Lørdag 6. mai 09.00 – 13.00
og 15.00 – 17.00
Søndag 7. mai 09.00 – 12.00

For oppholdet på hotellet betales pr. person i
dobbeltrum Kr. 600,-
I enkelttrum Kr. 750,-

Påmelding til Landsmøtet må skje innen 5. april til org.sekr.

Ellen Källmann Hennem,
telefon 22 45 71 52 eller 916 57 152 eller E.post.
eka@jbv.no

Betaling for oppholdet betales på forskudd til
konto 1440 12 03789.

Norske Jernbaners Avantgard

Innmelding.

Sendes til: Ellen Källmann Hennem, Solbergvn. 43, 3057 SOLBERGELVA • Tel. 32 87 28 32 • E.post: eka@jbv.no

Undertegnede ønsker å bli medlem i NJA fra _____ (dato)

Navn: _____

Adr.: _____

Tj.sted: _____

- Jeg skulle bare prøve litt hasj.

- Jeg var 15 år og skulle bare prøve. Syntes det var spennende og trodde ikke det var farlig. Men snart var jeg hekta på de harde stoffene.

Vi sitter på den nye helsestasjonen for rusmisbrukere og snakker med en vever kvinne.

- Det var jeg som oppsøkte miljøet og tok initiativet. Først prøvde jeg hasj. Da jeg etter hvert så at de andre tok et annet stoff som gjorde dem oppstemte og glade, ville jeg prøve det også. Det var amfetamin. Og da jeg oppdaget at stoffet virket raskere og sterkere dersom jeg injiserte med sprøyte, startet jeg med det også. Jeg var hekta og på kjøret, som det heter, forteller kvinnen.

Sprakk

- Etter noen år klarte jeg å komme meg ut av det og brukte ikke stoff i fire-fem år. Da jobbet jeg og levde nesten som andre folk. Uten å gå i detalj om hvorfor, så begynte jeg med stoff igjen. Heroin brukte jeg en del og ellers det som jeg fikk tak i eller hadde råd til. - Rent privat ble konsekvensene store. Så store at jeg ikke vil snakke om det.

Håper

- De seneste årene har jeg kuttet ut den vanlige narkotikaen og brukt subutex illegalt. Det er et stoff som gjør at jeg ikke får abstinenser, men heller ingen rus. Jeg er "frisk". Nå håper jeg at jeg kan komme med i legemiddelassistert rehabilitering (LAR) programmet og få subutex på lovlig vis, sier hun mens blikket vakler. - Jeg må få orden på livet mitt. Første skritt er å komme med i LAR-opplegget. Neste skritt må jo være også å kutte ut

subutex og bli helt fri. Kanskje kan jeg få tilbake noe av det jeg har mistet. Men jeg får ta ett skritt ad gangen. Den store løggen - Det er mange årsaker til at folk blir hekta og havner på kjøret, og det kan være vanskelig å stanse en 15-åring som vil teste ut alt mulig. Men her må foreldrene ha øynene åpne og følge med på hva sønn eller datter driver med. Endret oppførsel, plutselig søthunger, mye spising etter at de kommer hjem på kvelden, utvidede pupiller, trekker seg unna - alt dette kan være tegn på at de bruker stoff.

- "Bare hasj" er den største løggen som noen gang er blitt servert. "Bare hasj" gjorde meg til tung narkoman. "Bare hasj" vil sende flere samme veien, sier hun. Før hun drar hjem til nok en kveld alene. Det tunge narkomiljøet må hun holde seg unna. Hun prøver å klare seg med et skudd subutex hver morgen og de beroligende pillene hun får legalt av sin lege. Pluss samtaler med psykolog og besøk hos sykepleier Linda Sund i den nye poliklinikken for rusmisbrukere.

Drømmen

- Dette er et kjempebra tilbud. I dag har jeg fått vaksine mot hepatitt, nye sprøyter og en god samtale. Linda kan ikke gjøre underverker, men jeg trenger noen små lysglimt i den svarte natta jeg stort sett befinner meg i, sier hun. - Jeg skulle ønske jeg kunne starte på nytt. Som 15-åring drømte jeg om å jobbe i barnehage og stelle med dyr. I stedet ble jeg narkoman.

Drikker seg i hjel.

Et alkoholpolitisk eksperiment.

De fleste seriøse forskere på rusfeltet hevder at det er en klar sammenheng mellom alkoholforbruk og forhold som pris og tilgjengelighet. De samme forskere er enige om at det også er en sammenheng mellom det totale alkoholforbruket i et samfunn og de negative konsekvensene dette fører med seg.

I Finland har tallet på dødsfall av alkoholrelaterte årsaker økt jevnt og trutt de siste årene. Statistikk fra Statistiskentralen i Helsingfors viser imidlertid at det var en stor økning i antall dødsfall fra 2003 til 2004.

Vi snakker om en 20 % økning, fra 1560 dødsfall i 2003 til 1860 dødsfall i 2004, i følge Aftenposten. En tredel av dødsfallene er knyttet til akutt alkoholforgiftning, mens de øvrige dødsfallene er knyttet til langtidsvirkninger som lever- og hjerte-kar sykdommer.

Hvert tredje dødsfall blant middelaldrende menn i Finland i 2004 skyldes alkoholbruk. Forskerne hevder at den kraftige økningen i antall dødsfall har sammenheng med den store avgiftsnedsettelsen på brennevin (44 %) som ble innført i mars 2004.

Europa drikker seg til døde.

WHO slår alarm: Europa drikker seg til døde. På nyåret etter en vel overstått nyttårsfeiring kan det være på plass med litt informasjon om siste nytt på alkoholforskningsfronten! WHO har nemlig slått alarm pga utviklingen av alkoholrelaterte skader hos ungdom i Europa. Utviklingen går mer og mer i retning av en kombinasjon av fyll og regelmessig bruk av alkohol. Ungdommen har hatt størst økning av dette drikkemønsteret. Dette er det samme vi ser i Norge. Det drikkes oftere av flere og fyllefestene blir ikke færre. WHO viser i en ny rapport at alkoholdrikking er hovedårsak til død og uførhet i den europeiske befolkning! I 2002 døde mer en 600 000 europeere av alkoholrelaterte årsaker. Av disse var mer enn 63 000 ungdommer i alderen 15 - 39 år. På verdensbasis dør ca 4 % av alle dødsfall forårsaket av alkohol. I Europa er dette mer enn dobbelt så stort; 10,8 % WHO mener det er nødvendig med programmer som reduserer skadelig drikkemønster både når det gjelder mengder og hyppighet. Det må fokuseres på alkoholfrie soner som arbeidsliv, graviditet, bilkjøring og sørge for hjelp til personer med alkoholproblemer sammen med deres familier. De mest effektive virkemidlene for å redusere alkoholrelaterte problemer er monopol, skjenkebevillinger og redusert tilgjengelighet understreker Verdens helseorganisasjon.

Årsberetning for Aktivitetsnemnda

2004:

På landsmøtet 8. mai, i idylliske omgivelser på Sole Hotell ved foten av Norefjell, fikk vi valgt inn et styre i Aktivitetsnemnda. Knut Andersen gikk inn som leder, mens Jorun H. Hansen tok vervet som sekretær. Ove Carstensen fortsetter som kasserer. Det nye styret konstituerte seg med styremøte hos den nyalgte sekretæren i oktober.

Ungdomsnemnda/Aktivitetsnemnda deltok 19. juni for andre gang med eget lag i NSB-racet, som er et eget "race i racet" hos HHKarting sitt "Le Mans" arrangement på Rudskogen. En beskjeden plassering for oss denne gang, men her er sosialt med grillmat og kalde forfriskninger.

I forbindelse med jernbanens 150-års jubileum ble det også arrangert tur til Flåm, med overnatting på Heimly Pensjonat 11. – 13. juni. I strålende sol fikk vi oppleve både den unike Flåmsbana - med en spill levende "Hulder", buss til Gudvangen, med ferjeforbindelse til Lærdal, via Kaupanger i strålende sol gikk turen over vakre og ville vestlandsfjorder. På returen til Flåm kjørte vi buss

og fikk oppleve verdens lengste veitunnel; Lærdalstunnelen. Tunnelen er et lite stykke Norge, med lys som spiller i mange forskjellige farger, gir et unikt visuelt inntrykk. Lokfører og vert på Heimly Pensjonat, Ragnar Vidme var foredragsholder, han fortalte om en del severdigheter i og rundt Flåm. Vi ble lovet et godt tilbud hvis vi kom tilbake litt utenom turistsesongen.

2005:

Aktivitetsnemnda hadde to store turer dette året. Det var tur med verdens eldste hjuldamper i ordinær drift, Skibladner 26. juni. Vi reiste med tog til Hamar, ruslet ned til brygga mens sola smilte og så "den hvite svane" ankomme i stolt positur. I forbindelse med skipets 150 års jubileum, var også Karsten Isaksen om bord. Han underholdt med diverse historier fra fortid og nåtid. Spesielt anbefalte han og samle på "lyspunkt" – små, eller store positive hendelser du kan ta fram når du er trist og lei. Etter avreise Totenvika ble vi servert middag i den nydelige spisesalongen. Skipet la til Kai ved Eidsvoll litt før kl. tre og vi fortsatte vår ferd med tog til Oslo S og Drammen.

Så var det klart for en spennende tur til Jølster. Brevandring på Haugabreen og Rafting på Stardalselva sto på kjøreplanen. Leder er bussjåfør, så vi leide buss og la i vei fra Drammen fredag 29. juli. På Hemsedalsfjellet tok vi en rast ved Breistølen Fjellstue (1025 moh). Her inntok vi et meget godt måltid. Middagen var god med store porsjoner, men det var nok allikevel rømmegrøten til dessert som tok prisen – nydelig. Videre over fjellet og med ferje over Sognefjorden ankommer vi Vassenden og Jølster hotell, som var basen vår, i ni-tiden. Lørdag fikk vi testet kondisjon og styrke på Haugabreen, før dagen ble avsluttet med grillmiddag i villmarksleir. Søndag var Rafting på programmet. Stardalselva er en forholdsvis "snill" rafteliv, men kunne allikevel by på spenning og våte deltagere. Etter middag på Stardalen sommerkafe, returnerte vi mot Drammen. Det var en sliten, men glad gjeng som ankom elvebyen ved midnatt.

Styremøte ble avholdt 13. oktober hjemme hos sekretæren.

Knut Andersen, Ove Carstensen og Jorun H. Hansen

Alkohol er verstingen

Mellom 60 000 og 70 000 nordmenn drikker så mye at de utsetter seg for betydelig helserisiko. Legeforeningen etterlyser en bred front mot overdrevent alkoholforbruk.

ANNE HAFSTAD

Alkoholen styrte Åge Torkildsen (49) ut av arbeidslivet og inn i en tilværelse som holdt på å ødelegge alle bånd til familie og venner. Men etter syv opphold ved Blåkorshjemmet på Eina er han nå rusfri på fjerde året. I går var han i det blå teltet på Youngstorget i Oslo, der avholdsorganisasjonen Blå Kors feirer 100-årsjubileum.



Drikking er den vanligste formen for rusmisbruk og den som er forbundet med størst helserisiko. Det kommer frem i en statusrapport Legeforeningen har utarbeidet. Der står det at reformene som skulle sikre rusmisbrukere samme rett til utredning og behandling som alle andre, foreløpig ikke er annet enn en reform på papiret. For tunge rusmisbrukere har det skjedd lite i de to årene siden reformen kom. Det største problemet er alkohol. Det er viktig å ha dette med seg når vi snakker om rus. Skadene av alkohol er enorme, og det angår veldig mange. Oppmerksomheten må nå i større grad rettes mot alkoholproblemer, sier president Torunn Janbu i Den norske lægeforening.

Aftenposten 3.3.2006

FOTO: HEIKO JUNGE / SCANPIX

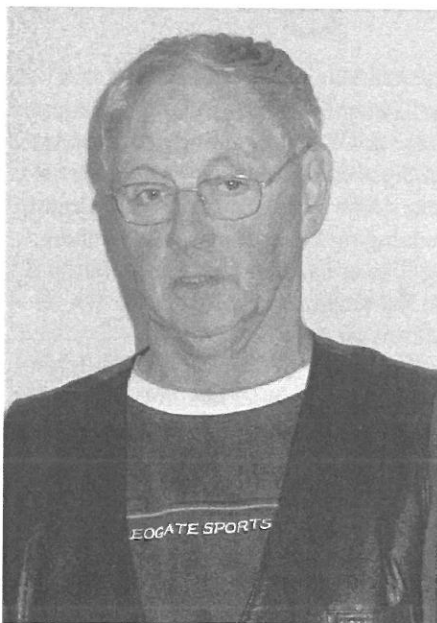
Tillitsvalgskonferansen.

Fredag den 13. januar kl. 11.00 var det innkalt til tillitsvalgt konferanse på Hotell Atlantic i Sandeffjord. Det var 17 tillitsvalgte tilstede, da forbundsleder Gunnar Vestby ønsket velkommen.

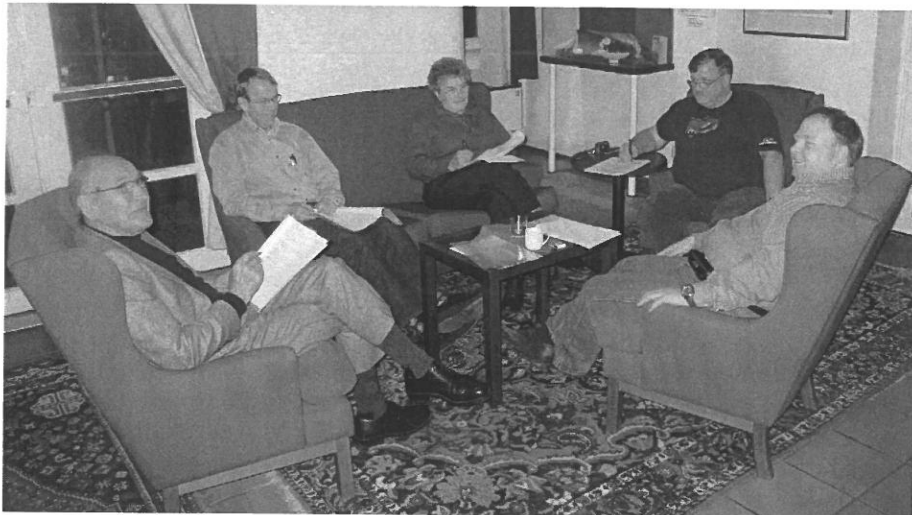
Dette var en samling der meninger og ideer skulle debatteres. Av den grunn var det ikke satt opp noen dagsorden, men forbundslederen orienterte om hvorledes han hadde tenkt å legge opp programmet for dagen. Deltagerne fikk utdelt vedtekter, heftet for kvalitetssikring og en mappe om hvordan Forbundsstyret oppfatter NJA som organisasjon. Gunnar Vestby tok til med å se på en del nøkkelverv i organisasjonen. Guttorm Stien mente det er for dårlig kommunikasjon mellom FS (les: Forbundsstyret) og nemndene og ønsket at nemndlederne skal være medlemmer av FS. Det er ofte vanskelig å samle alle, men man kan jo i stedet for styremøte ha AU-møter innimellom.

Angående Avantgarde (bladet vårt) var det ønske om mer stoff fra avdelinger, nemnder og FS om saker man arbeidet med. Stoff fra arbeidsplassen og litt om aktuelt fra samfunnet ellers.

Aktivitetsnemnda skal arbeide etter plan oppsatt av FS. Dette var jo beregnet for ungdomsnemnda som den het tidligere, da det var yngre og uerfarne som var i



Gunnar Vestby



Guttorm Stien, Ivar Hellenes, Brynhild Møllerup Solberg, Magnar Wollo og Knut Andersen

styret for nemnda. Rolf Andreassen mente at det bør settes av mer tid på Landsmøtene til å debattere Handlingsplan for neste år, og at det bør jobbes med å legge fram forslag til prosjekter med sikte på prosjekttilskudd fra det offentlige.

Opplysnings- og studienemnda skal innkalle opplysningssekretæren i avdelingene minst en gang i året. Det er viktig å ha samarbeide mellom nemndene og avdelingene for å koordinere aktiviteter. For samlinger/ aktiviteter som skal ha støtte fra Forbunds-kassen, er det viktig å ha budsjett godkjent av FS på forhånd. Gunnar Vestby mener at kurs skal være kurs og være rimelig for deltagerne, og sosiale samlinger kan man ha større egenandel til utgiftsdekning. Asbjørn Solberg vil at FS sender en henstilling til Actis om å få Sosial og Helsedirektoratet til å se på kriteriene for prosjektstøtte og tillempe de for de små organisasjonene. Guttorm Stien mente at FS må ha god kontakt med Actis, når det gjelder valg av prosjekttema. Det er viktig å holde Vinterkurset, selv med få deltagere. For å få god oppslutning mente Ove Carstensen at kurs og samlinger bør legges til Rapham eller mer sentralt Østlandsområdet. Kåre Fossum er bekymret for å få aktivisert nye og yngre medlemmer.

Kvinnenemndas leder Brynhild Møllerup Solberg kunne opplyse at i de 60 åra som nemnda har bestått, er bare to kurs/treff avlyst. I 2006 blir høsttreffet på Bø i Telemark den 18.- 20. august.

Etter en liten kaffepause fikk Rolf Andreassen, tidligere forbundsleder, ordet til egne betraktninger. Han var opptatt av at NJA skulle bry seg mer med hva som skjer i selskapene innen Jernbanedriften. Vi må være mer aktive i selskapene, jobbe med å bevisstgjøre ukultur og på den måten bli lagt merke til. NJA er kjent for at de har et fint fellesskap og er inkluderende.

Det er stor forskjell mellom NSB i 1950-åra, da NJA var på topp i medlemstall, og dagens oppsplittede bedrift hvor rusproblematikken blir ivaretatt av AKAN. Innen AKAN er NJA-ere aktive og det blir lagt merke til.

NJA krever i dag ikke totalavhold av medlemmene, men fremstår i mange sammenhenger mer restriktive enn tidligere, i det vi forlanger at i alle aktiviteter skal det ikke nyttes kunstige rusmidler. Rolf Andreassen vil at man skal slippe nye medlemmer til i tillitsverv, da han mener det er viltig med nye ideer.

Ingrid Holst Swensen satte pris på at NJA er flink til å aktivisere barn på samlinger. Vi kan gi ungdom en organisasjon de ikke har andre steder.

Etter en bedre lunsj var det lagt opp til gruppearbeide, men først tok Kåre Fossum opp spørsmålet om å lage vervebrosjyrer. Han viste til aksjon i IOGT som hadde gitt gode resultater. Guttorm Stien mente man burde vurdere profesjonell reklame, men Reidar Flatland mente det var vel så viktig å først lage et opplegg for hvorledes en kampanje skulle gjennomføres før man lager brosjyrer og

eller kjøper reklameplass. Han viste til at det fortsatt ligger mange brosjyrer igjen fra kampanjen i 1993.

Så gikk deltagerne til sine grupper, 3 i alt, for å ta stilling til hva som fungerer i avdelinger og nemnder og hvilke tiltak som må gjennomføres for å øke aktivitetene. Forbundsstyret hadde satt opp noen momenter som har fungert dårlig de to siste år og etterlyste innspill fra avdelinger og nemnder.

Det ble satt av vel en og en halv time og besvarelsene skulle gjennomgås i plenum og kommenteres der.

Vi gjengir her et sammendrag av hva gruppene kom fram til.

Hva fungerer i dag og hvilke aktiviteter gjennomføres?

Våre møter, samlinger og aktiviteter er i dagens samfunn en positiv motvekt mot drikkekulturen i andre sosiale lag. NJA er kjent for sosiale samlinger og er inkluderende. Aktuelle saker i presse og kringkasting blir tatt opp og kommentert på møter - samlinger. Temamøter og samlinger som nemndene arrangerer, fungerer bra. Bladet vårt *Avantgarde* og *NJA-info* på intranett, er også bra. Enhver liten sammenkomst i NJA regi, skaper godt miljø og er et godt rusfritt alternativ. Våre feriesteder på Høl ved Vegårshei og Øynaden ved Ustaoset synliggjør vår eksistens. Samlingene som

Aktivitetsnemnda står for, er gode eksempler på positive (rus)- opplevelser.

Hvilke tiltak oppfyller kravene til pros-

jektstøtte?

Det er håpløst for en liten organisasjon å tilfredsstillende kravene fra Sosial og Helsedirektoratet. Her må FS gjøre henvendelse til Actis og direktoratet om å nyansere krav til aktivitet og evaluering for små organisasjoner.

Hvilke tiltak må gjøres for å få prosjektstøtte?

Man var enige om at det må holdes en tillitsvalgtsamling hver høst for å samordne aktiviteter for 2 år fram i tid, og å lage noen føringer for type aktiviteter og temaer som er i tråd med Actis planer på landsbasis. På slike samlinger må det selvfølgelig føres protokoll – referat som bekjentgjøres for flest mulig medlemmer og andre.

Bør NJA foreta endringer i organisasjo-

nen?

Organisasjonen fungerer bra, men man må få bedre kontakt mellom FS og nemnder, aktiviteten i avdelingene må styrkes og man må forsøke å få i gang avdelinger som ligger nede. Man må profilere NJA, brosjyremateriell må ikke nødvendigvis være dyrt. Det bør utarbeides en plan for distribuering av brosjyrer og profileringsartikler. Nye medlemmer bør få en velkomstpakke. FS bør samarbeide med organisasjonsnemnda med sikte på tettere samarbeide mellom FS, nemnder og avdelinger.

En oppsummering til slutt: Det var nyttig å få sett på vedtektene, hva de sier om ansvar og arbeidsoppgaver for tillitsvalgte. Og man fikk satt ord på hva som fungerer bra og hvordan skal man legge opp

arbeidet for å få til samarbeid og flere aktiviteter.

Et fint opplegg, godt plantet på jorda, som Forbundsstyret med Gunnar Vestby i spissen, skal ha all ære for.

ReF.



Rolf Andreassen og Ingerid Holst Swendsen

NJA Aktivitesnemnda inviterer til fjellfest!

Onsdag 4. - søndag 12. oktober

Vi ble rett og slett imponert over servicen på Rondeslottet da vi gjestet hotellet under "Vintertreffet" 10. – 12. feb. i år. Følelsen av å være velkommen, samt at det er utrolig vakkert i fjellet i oktober, gjør at vi går for en ny tur til Raphamn og Rondeslottet allerede til høsten. Hotellet har Norges desidert flotteste utsikt, fra peisestuen i andre etasje, har du utsikt til ikke mindre enn fire nasjonalparker; Dovre, Dovrefjell, Jotunheimen og Rondane. I klarvær kan du se helt inn til Glittertind(2454moh) og Galdhøpiggen(2469moh), som er Norges og Nord-Europas to høyeste fjelltopper! Rondeslottet er meget barnevennlig, med blant annet lekerom, svømmebasseng, bordtennis, minigolf, huskestativ og lekestue!

Denne gangen legges det opp til et meget spennende og variert program. Vi vil ha en aktivitetsløype ved hotellet, rafting i Sjøa, dra på en fem timers guidet Moskussafaritur på Dovrefjell, samt grottevandring i de kjente Ulafallene ved Mysusæter. Den siste turen passer best for folk med ikke så alt for mye klaustrofobi... Endelig program med klokkeslett kommer senere. Sannsynligvis

setter vi opp buss helt fra Drammen. Deltagere nordfra vil ankomme Otta med tog.

Så NJA`ere – merk allerede nå av uke 40, skolens høstferie, i almanakken. Avreise fra Drammen onsdag 4. oktober ca kl. 09.00, med ankomst til middag på Rondeslottet. Så satser vi på spennende og fartsfylte dager i fjellheimen, fram til hjemreisen søndag 8. oktober.

Pris for 4 netter i dobbeltrom blir kun kr. 1500,- per person som inkluderer transport, overnatting med 1/1 pensjon under hele oppholdet. Enkeltromstillegget er kr 500,-. Barn under 16 år, kr 750,-, mens barn under 8. år går gratis på foreldrenes rom. Dette er billig, vi har kun et begrenset antall plasser, så vær rask med påmelding.

Aktivitetsløypen er inkludert i prisen, mens vi for de øvrige aktivitetene, vil ta en liten egenandel.

Har du ikke mulighet til å ta deg fri fra onsdag, er det fullt mulig å ankomme Rondeslottet på fredag. Prisen vil da være kr 1000,- pr. pers og kr 250,- i enkeltromstillegg. Barn kr 500,-

For ytterligere informasjon, påmelding og evt. innmelding i NJA, kontakt Ove Carstensen, tlf. 32 23 05 60, mob.977 63998 eller e-post; ove-cars@online.no
Velkommen skal du være og husk vårt motto: Aldri sur med Aktivitetsnemnda på tur!

Fylla har skylda?

Men - hvem har skylda for fylla? Etter julas turbulens i Hemsedal, stiller mange seg det spørsmålet.

Bitten Brennhovd, Bonde - Hemsedal

Og det snodige er jo at det virker som om ordfører og leder i skisenteret stiller seg nærmest uforstående til det som har hendt! Og ingen vil påta seg skylda. Skylda har politikerne. Flertallet av politikerne som til enhver tid ukritisk har sagt ja til alt, i den tro at pengetreet vokser til himmelen og enda lenger. Men alle trær står en dag til hogg.

Naive politikere

Det er politikerne som legger planer, godkjenner dem og gir skjenkeløyver. Naive og svake politikere som ikke har stått imot presset fra utbyggere, så vel interne som eksterne. Og overhodet ikke har hørt på mindretallet av politikere eller store deler av innbyggerne. For de som har forsøkt å heve sine røster og vært kritiske til den utbyggingen som har foregått, har vært surmaga, negative, imot utvikling og dumme. Nå viser det seg kanskje hvem som er hva, eller...? Hemsedal har de siste 20 - 25 år vært kjent som et fyllestet for ungdom. Og det er heller ikke første gang det har vært kalt inn til krisemøte etter bråk, og blitt lovet bot og bedring. Men intet har hjulpet.

Heller ikke denne gangen ser det ut til at lovnader blir holdt. Mange fagre forslag kom på bordet, spesielt når det gjelder aldergrenser. Men hvor lenge varte disse løftene? Etter ei uke var det slutt. Skam dere!

Halve natta

Det hører heller ingen steds hjemme å ha skjenking halve natta, samtidig som man "forsøker" å profilere bygda som et fantastisk ski-eldorado. Eller det som gjøres når reklamen for Hemsedal i radio og aviser sier: Ta med gjengen og kom! Å Sitte og drikke halve natta vil jo si det samme som å sende folk ut i løypa med promille. Nå må politikerne ta seg sammen og se på skjenkeløyvene en gang til. Etter midnatt kan de danse av seg fylla. At turistnæringen er så økonomisk avhengig av alkoholserving, er skremmende. Å redusere skjenketidene vil helt sikkert for enkelte bedrifter gi tøffe tider, men hemsedalssamfunnet er ikke tjent med det vi har nå. Og medisinen må være hard - nå, ikke hales ut og til slutt glemmes. På folkets premisses Da turistutbyggingen virkelig skjøt fart i bygda, glemte man det viktigste: Å utvikle turismen på innbyggernes premisser, i tråd med kultur og tradisjon. Da først får man en bærekraftig utvikling. Å bruke politiets knappe ressurser til å ta seg av uoppdragne, udannede snørrunger, er misbruk. De aktuelle aktørene må ta den kostnaden det er å holde vakter. Spesielt synd er det for de turistene som er skikkelige. Som har investert i hytter i bygda, og hele tiden legger igjen noe for fellesskapet. De få som ødelegger, gjør det også for disse. Bygda har fått sitt stempel. Skyld må også foreldrene ta, som har glemte å oppdra barna, og kjøper seg fri i helgene ved å sende med småbarna sine nok penger. Så ønsker jeg politikerne lykke til i sin videre

svake og naive behandling av ovennevnte

Mellom nytelse og smerte.

NRK hadde et program om rusgiftene den 18. Januar i år hvor Kari Slaatsveen var programleder. I programmet kom ekspertpanelet med følgende uttalelser:

- Halvparten av all alkohol drikkes av de 10 % som ikke burde ha drukket.
- Halvparten av alle drap i Norge begås under påvirkning av alkohol.
- De siste 10 årene har forbruket av alkohol blant ungdom fordoblet seg.
- "Fuktighetsutviklingen" i samfunnet styrer voldsutviklingen.
- Alkoholen tar ikke styringen. Du har alltid muligheten for å reversere utviklingen.
- Alkohol er helt klart det mest skadelige rusmiddel vi har.
- Alkohol ville nok vært forbudt i dag om det var et nytt rusmiddel.

Kriminaliseringen av hasj er helt ute av proporsjoner:

"Tenk deg et rusfritt Norge og at det måtte innføres et rusmiddel. Hvilket ville du ha valgt?"

Spørsmålet ble stilt til ekspertpanelet i studio. Svarene ble: Hvis man måtte ha valgt et rusmiddel i samfunnet i dag, ble hasj sett på som det minst farlige. Noen ville ha valgt Benzolpreparater (Vival og lignende). Alkohol ville det iallfall ikke ha vært.

Man mente selvsagt ikke at det nå er ufarlig med narkotika.

Men derimot: Ikke undervurder alkoholen, den er i dag det rusmidlet som skaper mest samfunnsproblemer.

Når man leser ovenstående blir det noe absurd å høre i samme kanal i dag, 13. mars, at man i Bergen feirer 475 års jubileum for brennevinets innføring i Norge. (For 475 år siden ble en flaske Akevitt sendt fra Bergen til Erkebiskopen i Trondheim)

Avholdsfanatiker!!!

Man behøver ikke være ihuga avholdsforkjemper for å se at man er kommet litt for langt når:

- Vinmonopolet nektet å etablere seg i Lierbyen fordi salget blir for dårlig i forhold til, som de selv vil, etablere seg på et kjøpesenter utenfor kommunens sentrum.
- en damefrisørsalong søker om skjenkebevilling.
- en i Hemsedal er så ivrig etter å servere alkohol at man søkte om skjenkerett for et serveringssted som ligger på toppen av en alpinløype, og var villig til å anskaffe en beltevogn slik at man kan kjøre gjestene ned igjen. Er det dette man kaller sportsdrikk eller for sportsfolk?!

Per G.

STOR SNØVINTER PÅ VEGÅRSHEI



Snøen på Høl i januar

Tekst/foto: KjeJoh.

Med snømengder på nesten to meter har det vært umulige forhold å hankses med på feriestedet Høl på Vegårshei, forbundets sted som skal kunne brukes hele året igjennom. Helt tilbake til midt på 1980-tallet må vi for å finne samme mengder med snø som i år.

Det var etter nyttår at det kom snø i slike mengder at de ble u håndterlige, og ved besøk der oppe har jeg bare kunne konstatere at det nå ikke er mulig å komme seg fram. De siste rapporter kan vise at nå ligger snøen nesten helt opp til vinduene i første etasje, og alt er øket til.

En hovedting i første omgang er å få måket så pass plass og ankomst at det er mulig å kunne komme seg inn for der å finne den gode stemningen og varmen som vi kjenner etter mange fine opphold og opplevelser der nede i Agders indre bygder. Det en del av oss som igjen ser fram til å kunne dra dit ned for å ta stedet i øyesyn og i bruk så snart som mulig.

Når kolleger drikker: Si fra!-

Aftenposten.no

Mer enn 100.000 yrkesaktive nordmenn drikker for mye alkohol.

Gjennom arbeidsplassen kan du hjelpe et medmenneske ut av misbruket.

AGNETHE WEISSER

Fakta

Koster milliarder

Mer enn 100 000 nordmenn er i jobb - med et alkoholproblem. Det påfører arbeidslivet store utgifter. Storkonsumenter av alkohol er 25 prosent mindre effektive på jobben - blant annet på grunn av tretthet og konsentrasjonsproblemer, viser studier i USA. Basert på andelen storkonsumenter i Norge gir dette 8,7 milliarder kroner i tapt produksjon. Den samfunnsøkonomiske kostnaden av alkoholrelatert sykefravær er beregnet til mellom 1,5 og 1,7 milliarder kroner.

Kilde: Roar Gjelsvik,

UiB-Rokkansenteret

Råd til sjefen:

Innkall misbrukeren på kontoret. Sørg for å ha god tid.

Gjennomgå arbeidsproblemene. Sørg for dokumentasjon. Ikke baser samtalen på rykter.

Be om begrunnelse på arbeidsproblemene.

Vis respekt. Spør hva han eller hun har

tenkt å gjøre.

Fortell om konsekvensene hvis det ikke blir noen endring. Tilby hjelp. Dersom hjelpen aksepteres, må du ha klart for deg hva som skal gjøres. Dersom hjelpen ikke aksepteres, gjentar du tilbudet. Bestem konkrete handlinger. Ikke utsett saken - da varer det ikke lenge før tingene er tilbake i den gamle tralten. Sørg for godt ettervern. På fest med jobben Når en fest i jobbsammenheng blir for fuktig, kan skadene bli store. Bedriftens anseelse kan skades, ulykker kan skje og sensitiv informasjon kan komme på avveie. Unngå at dere drikker på autopilot, for situasjonen tar lett over regien. Den enkelte tar ingen beslutninger. Det som blir budt, glir ned. De ansatte må spørre seg selv: Hvor stor rolle ønsker vi at alkoholen skal ha når vi er sammen? Er det for eksempel nødvendig stadig å bestille nye runder med øl? Det går an å oppnå glede og positivt fellesskap med redusert alkoholinntak. Selv om bedriften ikke har noe spesielt ansvar for å beskytte alkoholikere mot fristelser, blir det et etisk dilemma om kollegafellesskapet blir svært fuktig. Da kan det fort bli en arena der alkoholikeren på en tilsynelatende legitim måte kan leve ut sin alkoholisme.

Kilde: Forskningssjef Sverre Nesvåg,

Rogalandsforskning

Si fra til sjefen når du tror en kollega har et rusproblem. Det handler ikke om sladring, men om å hjelpe, sier den tørrlagte alkoholikeren Frode Hagen.

- Ta utgangspunkt i konsekvensene for arbeidet. Folk er reddere for å miste jobben enn familien, sier han. - De dårligste hjelperne finner du i hjemmet. Det blir for mye følelser. Det er så vanskelig å hjelpe

dem du er glad i. Dem er det lett for oss alkoholikere å manipulere, sier Hagen. Både Frode og kona Bente Hagen definerer seg selv som alkoholikere - selv etter en årrekke langt unna de farlige dråpene. Frode Hagen har utgitt boken "Rus på arbeidsplassen".

- Mister du jobben, ryker alt. Da er parken neste, sier Frode Hagen. I boken bruker han egne erfaringer om hvordan han møtte på jobben med høy dagen-derpå promille, om turen ut i løpet av arbeidsdagen og ikke minst alle unnskyldningene. Stadig oftere ble han borte på mandagene og etter ferier. Han diktet opp sykdommer, både hos seg selv og hos barna. Til og med hos bikkja. - Kollegene dekket meg. Var jeg borte, sørget de for at bunken på pulten ikke vokste. Men de gjorde meg en bjørne-tjeneste. I virkeligheten la de til rette for at jeg kunne fortsette drikkingen.

Si fra. - Meld heller fra til sjefen - uansett hvor sint den det gjelder, blir. Lar du være å gjøre noe, tror vedkommende at alt er i orden. Før eller siden vil det uansett sprekke. Og det er ikke nok med advarsler. De må kobles med sanksjoner,

tiltak, hjelp og behandling. Hagen avviser at han oppfordrer til heksejakt: - Vi er så redde for å blande oss inn i det folk gjør på fritiden. Men en alkoholiker er også alkoholiker på jobben. Hele arbeidsmiljøet blir berørt. Dette handler om å hjelpe og å følge med. Lukten av alkohol er et faresignal. Det samme gjelder stadige fravær, skjelving, konsentrasjonsproblemer og ustanselig smatting på pastiller. Jobben, ikke personen.

Forskningssjef Sverre Nesvåg ved Rogalandsforskning er enig i at arbeidskamerater kan si ifra - så fremt de tar

utgangspunkt i konsekvensene av alkoholmisbruket. - Det er viktig at en ikke tror at oppgaven er å avsløre en alkoholmisbruker. For arbeidslivet står kvaliteten på arbeidet sentralt. Rusmisbruket kan gå ut over sikkerheten på jobben, kanskje også samarbeidsevner og effektivitet. ? drøfte hvordan en person opptrer i konkrete arbeidssituasjoner, utgjør ingen direkte trussel mot ham eller henne. Men det er farlig når det blir et moralsk spørsmål. For en person er det ødeleggende for selvbildet å bli anklaget for å være alkoholiker, sier Nesvåg, som er en av Norges fremste forskere på alkohol og arbeidsliv. - Nettopp jakten på bevis på at en person er alkoholiker, gjør at vi ofte er ute av stand til å gjøre noe med problemet. Vi blir opptatt av personen i stedet for vedkommendes adferd på

jobben. Det er det vi må tak i, sier han. Frode Hagen mener selv at hans arbeidsplass grep for sent inn. Først da sjefen gjorde det klart at han ville få sparken, gikk han veien mot Anonyme Alkoholikere og et liv i totalavhold. Frykten for å miste jobben fikk han til å bli edru.

Uten teaterpromille Fredagspils har de. Men når hele reklamebyrået møtes på teater, går det bare med en muffins og en cola. - Det er en myte at unge karrierefolk drikker så mye. Det sosiale - også utenfor kontoret - er viktig. Men vi holder ikke på hele natten. Vårt arbeid er så hektisk og intenst at du ikke greier å henge med om du bruker fritiden din på festing, sier Olav Svartøien, sjef for Hulaas og Kvarberg i

Trondheim. Han har 18 ansatte, de fleste i 20-30 års alderen. Men selv om alkohol ofte hører med når kollegene møtes, er ikke misbruk noe tema.

- Er det greit at kolleger sier fra hvis de har mistanke om at noen har et alkoholproblem? Unni Davidsen tenker seg om: - Jeg ville ikke blande meg inn uten videre. Bare hvis jeg merker at drikkingen går ut over arbeidet. Olav Svartøien tror han ville merket det uansett. - Vi har et gjennomsluttet miljø, jobber i team og sitter nærmest på fanget til hverandre. Og vi har fast oppmøtetid klokken halv ni. Hvis en person stadig kommer for sent uten klar grunn, ville vedkommende uansett blitt kalt inn på teppet, sier han.

Internettadresser.

Aktuelle internettadresser om russpørsmål.

Sosial og Helsedirektoratet:
Avdeling rusmidler.
www.shdir.no – www.rusdir.no

Actis
Rusfeltets samarbeidsorgan.
www.actis.no

SIRUS
Statens institutt for rusmiddelforskning.
www.sirus.no

AKAN
www.akan.no

Alkokutt
Noen ganger passer det ikke. Om alkoholfrie soner.
www.alkokutt.no

Ordtak etter Ivar Aasen.

Alle vil leva lenge, men ingen vil bli gamal.

Av skade vert ein klok, men ikkje rik.

Betre vera stygg og vitug enn ven og vitlaus.

Delt sorg er halv sorg, delt glede er dobbel glede.

Der Lathans går fyre, kjem Smalhans etter.

Det er betre å bu i ei god grend enn å vera vide kjend.

Det er pengane og ikkje vitet som styrer verda.

Det som i ungdom er lært, vert i alderdom kjært.

Ei grind som står ope, er det ikkje gagn i.

Ein far kan ein få att, men aldri ei mor.

Ein god dag kjem aldri for seint.

Ein kjem ikkje til fjells på flate veggen.

Ein manns vilje er ingen rett.

Fyrst tek mannen flaska, så tek flaska mannen.

Han er armast som aldri er nøgd.

Helsa er dyr når ein skal kjøpe henne att.

Hugnad heime er dagleg gjestebod.

Når dei store strida, får mange svida.

Når ølet går inn, går vitet ut.

Til lags åt alle kan ingen gjera.

Våre feriehjem.

Har du planlagt sommerferien?

I Julenummeret hadde vi på midtsidene Program for året 2006 og i den forbindelse årsplanlegger og omtale av våre feriehjem, Høl og Øynaden. For Øynaden har redaktøren blitt gjort oppmerksom på at **Leigepriisar** for (sommarhalvåret?) 6.mai til 31.januar for opp til 4 personer er kr. 800,- (ikkje 600) og vidare kr. 100,- pr. person. Prisen for straum er kr. 0.75 pr.kw.t.

Kontaktpersonar for utleige er:
Øynaden Ferieheim, Ustaoset:
Brynhild Møllerup Solberg,
Mjeldheimskleiva 46,
5261 Indre Arna
Telefon: 55 24 06 15.

NJA's feriehjem, Vegårshei: Ivar Hellenes,
Kastetskogen t,
3236 Sandefjord
Telefon: 994 90 819,
E.post: ivhelle@frisurf.no

Julemøtet i Drammen.

Under åpningen av julemøtet i Drammen uttrykte lederen, Per Gommerud, tilfredshet med deltagelsen på årets julemøte. Møtet ble tradisjon tro, holdt på kafe`Globus tirsdag 6. desember. Det var sendt invitasjoner til avdelingene i Oslo og Skien og det møtte 34 medlemmer som fikk plass ved 4 nydelig dekkede langbord.

Det var laget sanger i anledningen og hvem ellers enn lederen selv assisterte med nydelig akkompagnement. Etter ribbe, medisterpølser og medisterkaker ble det en avdeling med lett underholdning. 14 år gamle Blerina og hennes bror Hazir Ajeti 12 år, fra Kosovo, nå bosatt i Krokstadelva siden 1993, spilte sketsjer og sang. Et populært innslag. Det ble allsang og Lisbeth Swensen sang solo assistert av Per Gommerud.

Så ble kaffekopper satt fram og det var bare å forsyne seg med kaffe og bløtkake. Vi måtte jo synge noen av julens sanger også, og mens julenis-sevisa ble sunget, kom to unge eksemplarer av julenissen, som var en god erstatning for den ordentlige "Drammensnissen, Tore". Han var etter hva som ble opplyst, på Holms hotell på Geilo, denne kvelden. Nissene hadde sekker og det var julepresanger til alle. Avdeling Drammen skal ha takk og ros for vel gjennomført julemøte i godt egnede lokaler.

ReF



Blerina - en blid nisse



Lisbeth Swensen og Per G.



Blerina og Hazi Ajeti synger

Tigger om hjelp i fengsel.

- Mange rusmisbrukere tigger om behandling for rusmisbruket sitt, når de er i fengsel, men kapasiteten er sprengt. Det hevder advokat Ketil Magnus Berg. De ønsker å bruke tiden bort fra gata til å forsøke å bli rusfrie, men svaret er nesten alltid det samme: Beklager, men det er ikke ressurser. Kort tid etter løslatelse er det tilbake til rusmisbruket, nye straffbare handlinger og nytt opphold i fengselet, heter det i et innlegg fra Berg i Aftenposten. Han har tre år bak seg som forsvarer av sårt hjelpetrengende klienter og Han er skuffet over et system som er i ulage. Det kan følgende historie være et eksempel på:

- En mangeårig rusmisbruker knivstikker en mann som knivstikkeren aldri har sett tidligere. Han samtykker i å sitte i fengsel under irettføringen av saken for å få bukt med rusproblemet sitt. I snart ett år har han bedt om behandling. Men hvilken hjelp har han fått? Ingen! Ikke en samtaletime, ikke noe som helst. Før jul ble han dømt til forvaring. Begrunnelsen: Han må få hjelp til å takle rusproblemet sitt før han kan slippes ut i samfunnet. Snakk om bukken og havresekken! heter det i innlegget.



Jernbanepersonalets
bank og forsikring

Jernbanefolkenes eget finanskonsern

Tilsette og pensjonister i NSB BA og Jernbaneverket, samt selskaper som helt eller delvis eies av disse, kan få gunstige bank- og forsikringstilbud i sitt eget finanskonsern. Både Jernbanepersonalets Forsikring Gjensidig og Jernbanepersonalets Sparebank ble i sin tid startet av de jernbaneansatte, og har historisk sett hatt sterk forankring til organisasjonene innenfor bedriften NSB. Finanskonsernet drives uten profittmotiveer, og har ingen avkastning til noen eiere.

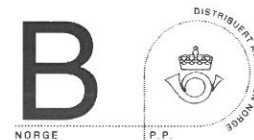
Trenger du lån for å finansiere bolig, bil, nytt innbo, vedlikehold, refinansiering m.v. – eller synes du det er viktig å få mest mulig renter for sparepengene dine? Snakk med oss først. En samtale med Jernbanepersonalets sparebank kan bli lønnsomt.

Selv om det kan være vanskelig å sammenligne forsikringer, og selv om vi ikke har alle rabattypene, - er vi allikevel rimeligst. Tenk totalitet, trygghet og tillit. Tenk Jernbanepersonalets Forsikring Gjensidig.

Besøk våre hjemmesider på:
www.jbf.no

Felles telefonnummer for JBF:
815 59 115

Her kommer du fram til en kundebehandler som er ledig i din region



Returadresse:

Reidar Flatland
Planteskolen 26,
3024 DRAMMEN.

PÅ ARBEIDSPLASSEN: La bladet gå i sirkulasjon

Vennligst gi beskjed til retur adressat dersom du flytter, eller det er endringer i medlemslisten

Adresser i forbundsstyret og nemnder:

Viser til adresser side 3 spalte 1.

Adresser i avdelingene:

Avdeling Oslo:	Guttorm Stien	Fasanveien 4, 1395 HVALSTAD, Tel. 66 84 58 36/95 06 22 16
Avdeling Drammen:	Per Gommerud	Sandskroken 15, 3055 KROKSTADELVA, Tel. 32 87 84 89
Avdeling Hamar:	Se forbundsstyret	
Avdeling Stavanger:	Per Østerbø	Årrestad, 4390 HELLELAND.
Avdeling Narvik:	Se forbundsstyret	
Avdeling Skien:	Sigmund Nilsen	Cort Adlers gt.5b, 37122 SKIEN. Tel. 35 52 08 74
Avdeling Kristiansand	Kjell Johansen	Postboks 237, 3791 KRAGERØ.
Avdeling Trondheim:	Se forbundsstyret	
Avdeling Bergen:	Asbjørn Solberg	Mjeldheimkleiva 46, 5261 Indre Arna Tel.: 55 24 06 15

Våre Feriehem

Høl ved Vegårshei (Sørlandsbanen).

Utleie: Ivar Hellenes, Kastetskogen 7, 3236 SANDEFJORD. Telefon 33 45 03 55
E.post: Ivar.hellenes@sandefjordbredband.net

Øynaden ved Ustaoset (Bergensbanen).

Utleie: Brynhild Møllerup Solberg, Mjeldheimskleiva 46, 5261 INDRE ARNA
Telefon 55 24 06 15

Våre bankkontoer:

Forbundet:	0530 1875160 og 1440 11 77915
Bladet:	0530 4396123 og 1440 11 96367
Høl feriehem:	0530 4019915 og 1440 12 03398

Frist for stoff til nr.2 - 2006 er 25. juli