

Aksent

ET MAGASIN FRA IOGT I NORGE - NR 2 - 2025

IOGT

**VIL GJØRE DET
ENKELT Å FINNE
ALKOHOLFRITT**

- Ny app A.fritt

**TAR OPPGJØR MED
OLJEFONDET**

Ny rapport fra FORUT

**- VIL VISE AT DET GÅR
AN Å HA DET KJEKT
UTEN ALKOHOL**

Sier Oddgeir Høyekvam





Sammen-senteret i Haugesund i nye lokaler

Etter en travel sommer med oppussing og flytting, kunne Sammensenteret i Haugesund ønske velkommen til åpning i nye, lyse og forbedrede lokaler i Strandgaten 145. Det ble servert kake og kaffe, og både brukere, samarbeidspartnere og støttespillere var innom for å se det nye stedet.

Generalsekretær i IOGT, Cecilie Widnes, var også til stede under åpningen og fikk se hvordan senteret har blitt et enda bedre samlingspunkt for mennesker i aktiv rus.

Mer plass, bedre rammer

De nye lokalene gir Sammensenteret i Haugesund helt andre muligheter enn før. Med større areal og nytt kjøkken er det enklere å tilrettelegge for måltider og samvær, og med bedre toalettfasiliteter og lagerplass har både brukere og ansatte fått en mer funksjonell hverdag.

I kjelleren finnes nå en egen frisør-salong og en klesavdeling – to tilbud som betyr mye i møte med mennesker som sjelden får tilgang til slike tjenester. Det

er også etablert en låsbar garderobe for ansatte og frivillige, og inngangspartiet er blitt både mer innbydende og tydelig profilert med IOGT-logo og informasjon.

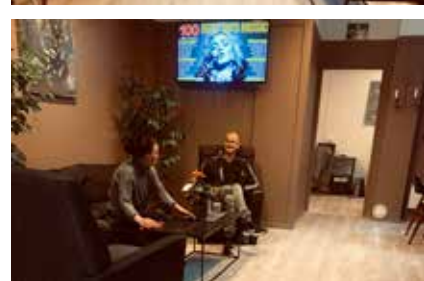
Et av høydepunktene i det nye lokalet er aktivitetsrommet, der brukerne selv skal få dekorere veggene.

– Jeg skal kjøpe inn Posca-tusjer, så skal brukerne få fritt spillerom til å sette sitt preg på rommet, forteller senterleder Hilde Louise Hanssen.

Bak bygget ligger en liten bakgård som foreløpig ikke er tatt i bruk, men det er store planer. Ambisjonen er å gjøre det til et trivelig uteområde, inspirert av Sammensenteret i Bergen, hvor brukerne har vært med å plante, stelle og skape et grønt og trygt pusterom midt i byen.

Nye ideer fremover

Med de nye lokalene ser senteret også på muligheter for temakvelder og IOGT-kaffe – et rusfritt tilbud på kveldstid. Det kan også bli aktuelt å leie ut lokalene til andre rusfrie arrangementer.



Lek og alvor på ledersamling for Enestående familier



Stian, nyutdannet leder i Enestående familier.

Påfyll, fellesskap og erfaringsdeling

Aktivitetstilbudet Enestående familier vokser stadig og har nå over tyve grupper rundt om i landet, og svært mange engasjerte ledere som legger ned en enorm innsats i å planlegge og gjennomføre aktiviteter, samtidig som de alle er foreldre med en hektisk hverdag alene

med barn. I september ble det arrangert en nasjonal samling for lederne – en verdifull møteplass for erfaringsutveksling, idémyldring og påfyll av både energi og kunnskap.

– Jeg har fått verdifulle erfaringer og fremgangsmåter som gir meg vind

under vingene, forteller Stian entusiastisk. Han har vært leder i seks måneder, og beskriver helgen som en viktig mulighet til å møte andre ledere og bygge relasjoner. – Høydepunktet var helt klart de nye bekjentskapene jegtar med meg videre, sier han.

Trygge rammer og sosiale fellesskap

Enestående familier handler ikke bare om å få mulighet til å gjøre noe hyggelig sammen med barna sine – det handler også om å bli kjent med andre. Mange familier opplever at de står litt alene i hverdagen, og derfor er det en viktig del av aktivitetstilbudet er å skape nettverk og nye relasjoner – både mellom barn og mellom voksne.

En av økten som fulgte handlet nettopp om dette: Hvordan vi som ledere kan legge til rette for sosialt samvær, lek og trygghet – uansett om

man er på kino, hytte, kafé eller sitter på bussen. I grupper jobbet deltakerne med idémyldring rundt inkluderende og nettverksbyggende aktiviteter som fungerer i ulike settinger.

– Vi vet hvor viktig det er at både barn og voksne føler seg inkludert, sier leder for Enestående familier Trude Sletteberg.

Ledere som bygger hverandre opp

Samtidig som samlingene gir faglig utvikling, er de også en viktig arena for fellesskap og støtte mellom lederne. Mange møtes for aller første gang, men kjenner seg igjen i hverandres hverdag og engasjement.

– Derfor er slike samlinger gull verdt – ikke bare for det faglige påfyllet, men også fordi de bygger trygghet og samhold mellom frivillige som sjelden møtes fysisk, understreker Trude.

Valgkamp



Tidligere leder i IOGT, Helge Kolstad ledet møte med politikere fra Østfold.

IOGT i Sarpsborg hadde ungdom og rus som tema da avdelingen inviterte til debattmøte 27. august, og er godt fornøyd med at så mange som 40 personer kom for å delta i møtet. De får representere alle IOGT-erne som gjorde en innsats i valgkampen. Enten de skrev leserbrev, gikk og snakket med politikere på valgkamp-stands eller arrangerte debattmøter.

Åtte lokalpolitikere møtte opp for å snakke om ungdom og rus i Sarpsborg, og for å få fakta og erfaringer de kan ta med seg videre i det lokalpolitiske arbeidet.

Ung i Sarpsborg

Kommuneoverlege Tony Elvegaard la frem ferske tall for Sarpsborg fra Ungdata 2025. I undersøkelsen blir det understreket at svært mange unge i Norge har det bra, men at det samtidig også finnes flere utfordringer for noen.

Dette er et par hovedpunkter fra Ungdata om forholdene i Sarpsborg:

- De fleste ungdommene i Sarpsborg har det bra. 89 % av de spurte sier at livet deres er bra, og de rapporterer generelt lav bruk av rusmidler: 61 % har aldri drukket, 90 % har aldri røyket, og 97 % har aldri brukt hasj eller marihuana.
- Det er mer psykiske og fysiske

plager blant jenter enn gutter.

22 % av jentene rapporterer psykiske plager, mens 8 % av guttene melder om slike plager. Flere jenter enn gutter har hatt fysiske plager i løpet av den siste tiden.

Tilstede for ungdommen

Ungdomskontakt Stine Christoffersen fortalte om hvilken jobb de gjør i Sarpsborg, og hvordan de satser på ungdomsskolene i kommunen vår. For ungdomskontakten er det viktig å være trygge voksne i møtet med ungdommer i byen. Det er også mye oppmerksomhet å bidra til byggingen av et trygt skolemiljø for alle. Ungdomskontakten skal også være et lavterskeltilbud der ungdom i Sarpsborg skal vite at de er velkomne med alt de ønsker å ta opp med en trygg voksen.

Ungdomskontakten er til stede på skolene nesten hver dag, for å fange opp elever som trenger noen å snakke med enten om rusbruk eller psykiske problemer. De driver også jente- og guttegrupper på ettermiddagstid.

Takk for deltagelsen!

Flere tilhørere sa seg veldig fornøyd med debatten og innledningene, og mente at møtet ga en god og aktuell oppdatering om viktige spørsmål rundt oppvekstvilkår for ungdommer i Sarpsborg.



Barn har rett til rusfrihet!

FNs barnekonvensjon forplikter oss til å beskytte barn mot rusmidler. Det kan du lese om i dette nummeret av Aksept. Likevel vokser mange barn i Norge opp med utrygghet, skam og ansvar de aldri skulle hatt – fordi rusmidler og berusede voksne finnes tett på livet deres. For disse barna handler rus ikke om valg de har eller kan ta, men om konsekvenser de må leve med hver dag.

Barns trygghet

Når vi setter grenser for tilgjengelighet og normalisering av alkohol og andre rusmidler, tar vi barnas rettigheter på alvor. Noen må ta ansvaret for å skape rammer som gir trygghet, stabilitet og omsorg. Det handler om å ha en effektiv forebyggende ruspolitikk på plass. Og det handler om å at vi som samfunn blir enige om at barns trygghet er viktigere enn voksnes tilgang på rusmidler og skjenkearenaer.

IOGT trengs

IOGT trengs fordi vi holder fast på dette perspektivet. Vi minner samfunnet om at ruspolitikk er barnepolitikk, og at barns rett til trygghet må veie tyngst. Vi står opp for alle barna som ikke blir hørt, og vi arbeider for et samfunn som beskytter dem – i hjemmet, i lokalmiljøet og i kulturen vi skaper sammen.

God hvit jul!

Hanne Cecilie Widnes
Generalsekretær IOGT

Justisminister Astrid Aas-Hansen og helseminister Jan Christian Vestre la frem lovforslagene tidligere i høst.



DEN NYE RUSREFORMEN – et skritt frem eller et blindspor?

I juni ble det klart at Arbeiderpartiet, Høyre, Venstre og SV ble enige om del 2 av rusreformen.

AV JAN TORE EVENSEN

Den første delen av reformen ble vedtatt høsten 2024 og handlet om bedre oppfølging og behandling for rusmiddel-avhengige. Del 2 endret hvordan bruk og besittelse av narkotika behandles i lovverket.

Overaskende kompromiss

For mange var det overraskende at Arbeiderpartiet gikk bort fra Senterpartiet og Fremskrittspartiet som stod

sammen med Ap om motstanden mot Solberg-regjeringens reform.

Begge disse partiene stemte imot, og advarte mot at mildere reaksjoner kan føre til økt bruk, normalisering og svekket forebygging. Trygve Slagsvold Vedum i Senterpartiet pekte på at lovendringen sender uklare signaler til unge, mens Frp mente dette var en «gavepakke til narkotikamarkedet». På den andre siden mente Ap, Høyre,

Venstre og SV at reaksjonene før har vært for harde, og at man nå får et mer rettferdig og helserettet system.

Reformen innebærer at narkotika fortsatt skal være forbudt, men at reaksjonene endres. For mange vil dette bety en lavere straff enn før, og for rusavhengige innebærer det at de ikke skal bøtelegges eller få rusmidler beslaglagt dersom mengden tilsvarer egen bruk.

IOGTs bekymringer

Fra et rusforebyggende ståsted er det flere sider ved reformen som bekymrer.

Signaleffekt: Når reaksjonene blir mildere, er det fare for at narkotika-bruk fremstår som mindre alvorlig, spesielt for unge.

Forebygging svekkes: Færre konsekvenser kan gjøre det vanskeligere å avskrekke fra prøving og eksperimentering.

God behandling: At tunge rusavhengige skal møtes med helsehjelp er positivt, men hjelpen må være reell, tilgjengelig og langvarig – ikke bare en henvisning på papiret.

– Det er bra at det er en tydelighet på at narkotika fortsatt skal være forbudt. Og at det skal få konsekvenser for de som bruker og besitter, sier generalsekretær Cecilie Widnes i IOGT i en bonus-episode av podcasten Påvirka. Du kan høre episoden på Spotify, Apple podcast eller Youtube.

Hun er opptatt av at vi må se deres behov for helsehjelp. At vi må se dem som mennesker, ikke som utfordringer og problemer.

– Vi må møte dem med forståelse, respekt og helsehjelp. Men samtidig så

er vi som samfunn avhengige av at vi har noen sosiale spilleregler oss imellom.

Vi har jo noen heldigvis liten aksept i vårt samfunn for at man opptrer beruset i samvær med barn og i trafikken for eksempel. Mye av det å være ruspåvirket handler også om oppførsel som ikke vil være sosialt akseptert, forklarer hun.

IOGT er opptatt av at vi må jobbe mot stigmatisering, samtidig som normalisering av rusbruk ikke kan være løsningen.

Forebygging krever mer enn lovendringer

En viktig del av reformen er henvisning til kommunale rusenheter for unge under atten. IOGT støtter dette, men understreker at det ikke er nok å ha ordninger på papiret. De må også fungere i praksis. Uten tilstrekkelige ressurser til oppfølging vil det ha liten effekt. Fra forskning vet vi at tidlig intervensjon er avgjørende for at unge ikke skal utvikle enda større rusproblemer. Det krever et tett samarbeid mellom skole, helsetjeneste, politi og frivillighet hvor rusfrihet fortsatt må være målet.

Generalsekretæren understreker at det er viktig at politiet også følger opp. Den siste tiden har vi vært i en limbo hvor veldig lite har blitt avdekket.

– Og når vi ønsker avdekning, så er ikke det for å straffe folk, påpeker Widnes.

– Det er jo fordi at vi ønsker at unge folk tidligst mulig kommer inn og får oppleve hjelp og rådgivning, og blir fanget opp, sier hun.

Det er viktig at politikerne nå følger opp at politiet faktisk prioriterer å avdekke bruk og besittelse og at de sørger for at de kommunale rusenheter faktisk kan stille med den hjelpen og kompetansen som de som møter opp der trenger.

IOGT er også opptatt av at foreldrene får komme på banen og får også hjelp til å støtte sine unge ut av rusbruk.

Bekymret for den forebyggende effekten for de som er over 18

– Det har vært mye snakk om bruk av narkotika blant russen, altså unge voksne, påpeker Widnes.

Russ og andre unge voksne som er over 18 år faller utenfor ordningen med henvisning til rusenheter. Riset bak speilet for denne gruppen er en bot.

– Vil det ha den forebyggings-effekten? Vil den straffen som ligger der og truer være stor nok til at de velger å si nei i situasjoner hvor de tilbys narkotika? spør hun i podcasten.

HVA INNEBÆRER RUSREFORMEN – OG HVA MENER IOGT?

Reaksjoner for ulike aldersgrupper

- Personer under 18 år skal ikke få forenklet forelegg, men henvises til rådgivende enhet for russaker – uten ruskontroll.
- Personer over 18 år får lavt satt bot i mindre narkotikasaker – denne boten føres ikke på rullebladet.
- Rusavhengige over 18 år får ikke bot, men kan få påtaleunntatelse uten krav om oppfølging.

IOGT mener det er viktig at unge møtes med hjelp og tydelige rammer, ikke bagatelliserende reaksjoner. Henvisning til rådgivende enhet må følges opp med reell forebygging og tilgjengelig støtte.

Politiets rolle og virkemidler

- Politiet skal som hovedregel ikke beslaglegge narkotika til eget bruk for rusavhengige.
- Regelverket for tilbakekall av førerrett ved rusmiddelbruk skal tydeliggjøres.
- Det skal føres åpen statistikk over politiets narkotikatesting i mindre saker.

IOGT er opptatt av at politiet fortsatt må ha en tydelig rolle i å avdekke og begrense narkotikabruk, særlig for å beskytte barn og unge.

Lovendringer og grensedragninger

- Skillet mellom rusmiddelavhengig og ikke-avhengig tas ut av loven, men beholdes i praksis gjennom rettspraksis.
- Mengdegrensene for bruk forblir uendret – bortsett fra heroin, der grensen økes fra 2 til 3 gram.
- En egen «samaritanerbestemmelse» (straffefritak ved å søke hjelp) skal utredes innen våren 2026.

IOGT mener at lovverket må kommunisere tydelige grenser for narkotikabruk, og at økt mengdegrense for heroin kan sende feil signal i en tid med økende bruk.

Promenaden AS

Promenaden AS ble etablert i 1909 og drev restaurant i Kirkegaten 20 i Stavanger.

Restaurantdriften opphørte i åttiårene, men selskapet fortsatte virksomheten som eiendomsselskap.

Promenaden AS eier tre forretningsbygg i Stavanger sentrum. Disse leies ut til butikker og kontorer.

En betydelig andel av overskuddet deles årlig ut til organisasjoner og institusjoner som arbeider mot rus, særlig blant ungdom.

Selskapet har gitt ut flere bøker om avholdsbevegelsens virksomhet i Stavanger.



Selskapets medarbeidere i restaurantlokalet tidlig på nittenhundretallet

FOTO: Hilde Lillejord

ET LANDSMØTE FOR FLERE RUSFRIE VALG

IOGT gjenvalgte på sitt landsmøte Ørnulf Thorbjørnsen fra Trondheim som leder for to år, mens Elisabeth Hagen fra Elverum ble valgt til ny nestleder.

AV INGVAR MIDTHUN

-Vi er en tradisjonsrik organisasjon som feirer 150-årsjubileum i 2027, samtidig som vi er en samfunnsaktuell ruspolitisk organisasjon i Norge i dag, sa Thorbjørnsen til landsmøtet.

IOGT er i vekst, med 3405 registrerte medlemmer og en rekke aktiviteter knyttet til forebyggende arbeid flere steder i landet. Organisasjonen driver også egne aktiviteter for barn, familier og enkeltmennesker med rusavhengighet.

150 år i 2027

Thorbjørnsen understreker at veien mot jubileumsåret skal brukes til å styrke IOGT som en fremtidsrettet organisasjon. Han får støtte av nestlederen.

- Fremover nå blir det viktig å gjennomføre de endringene i organisasjonsstrukturen som landsmøtet har vedtatt, i tett samarbeid med ansatte og frivillige. Vi skal gjøre vårt beste for økt lokal aktivitet i hele landet, slik at flere kan ta del i vårt rusfrie fellesskap, enten sosialt eller i rusforebyggende arbeid, sier Hagen.

IOGT er en viktig stemme i debatten

-Vi trenger godt forebyggende arbeid mot rus over hele landet, samtidig som IOGT også skal være en sterk stemme mot tendensene til mer liberalisering på rusfeltet, sier Thorbjørnsen.

Han er veldig opptatt av at vi fortsatt må være aktive i rusdebatten, særlig den delen vi vet fungerer.

- Det gjelder reklameforbud og å bevare de få alkoholfrie arenaene som finnes. Ikke minst stoppe at det tillates med drikking i park og offentlige steder. Det er viktig å være pådriver for et fortsatt narkotikaforbud, samtidig som vi etterspør et bedre helsetilbud til de som sliter med rusutfordringer, forklarer han.

Landsmøtet vedtok tre politiske uttalelser og vil utfordre alle partier foran høstens valg:

- **IOGT sier nei til alkoholdrikking i parker og andre offentlige rom.** Forslaget om at kommuner skal kunne tillate medbrakt alkohol på slike områder, må avvises.
- **IOGT sier nei til legalisering og liberalisering av narkotika.** Et fortsatt forbud må kombineres med styrket forebygging og bedre helsehjelp for rusavhengige.
- **IOGT vil verne om forbudet mot alkoholreklame.** Forbudet, som fyller 50 år i år, er et viktig alkoholpolitisk grep, som sammen med prisregulering og Vinmonopolet virker forebyggende på totalforbruket i Norge.

På møtet vedtok også IOGT å endre organisasjonsstrukturen. Mens man tidligere hadde regioner og under disse områder vil man nå ha fylkeslag som i all hovedsak kommer til å følge fylkesgrensene. Alle medlemmer i IOGT vil være medlem i et slikt, på samme måte som

man før var medlem i et område. I løpet av høsten og vinteren vil disse komme i gang. Landsmøtet vedtok også som en del av arbeidsplanen at man i løpet av perioden skal ha en prosess rundt et navnebytte for organisasjonen. Saken har vært oppe tidligere, og det var delte meninger i landsmøtesalen, men et flertall på 32 mot 23 stemmer var for å se på det igjen.

IOGT krever også at Oljefondet trekker seg ut av alkoholindustrien. Sammen med bistandsorganisasjonen FORUT retter IOGT sterk kritikk mot alkoholindustriens aggressive markedsføring i flere land i det globale sør. Denne markedsføringen og bruken av alkohol i flere land er en praksis som virker i motsatt retning av det vi ønsker med norsk utviklingshjelp, der målet er bedre folkehelse, mer utdanning og grunnleggende menneskerettigheter for alle.

NYVALGT STYRE:

Leder:
Ørnulf Thorbjørnsen

Nestleder:
Elisabeth Hagen

Styremedlemmer:
Per-Arne Lillebø
Sølvi Lund-Vang
Einar Solheim
Halvard Åsen
Kristine Gustavsen

Varamedlemmer:
Tor Martin Fløe Gustad
Rolf Larsen



Elisabeth Hagen og Ørnulf Thorbjørnsen, nyvalgt nestleder og leder i IOGT.

Generalsekretær i FORUT, Ida O. Hagen, mener at oljefondets investeringer i alkoholselskaper er dobbeltmoral i praksis.

FORUT-RAPPORT TAR OPPGJØR MED OLJEFONDET

En rapport bestilt av FORUT, dokumenterer at globale alkoholselskaper som Diageo, AB InBev og Heineken undergraver folkehelsen og svekker offentlig regulering.

Rapporten «Pursuing profit at the expense of public health?», som er utarbeidet av Universitet i Stirling undersøker 61 konkrete eksempler fra seks land (Uganda, Sør-Afrika, Ghana, Sierra Leone, Burundi og Zimbabwe), og gir i tillegg to dybdestudier fra Sør-Afrika og Uganda. Rapporten er en del av FORUTs arbeid med å få oljefondet til å trekke seg ut av alkoholindustrien.

Aksjer for 139 milliarder

Oljefondet sitter på aksjer for rundt 139 milliarder kroner i globale alkoholkonsern. Beløpet har økt fra 133 milliarder i 2021, til tross for at flere har krevd at

fondet bør trekke midlene ut av bransjen.

Rapporten dokumenterer konkrete eksempler på aktiviteter industrien driver. Dette er alt fra gratis risposer i slumområder til sponing av fotball- og musikkfestivaler – som alle tjener til å markedsføre alkohol eller dempe politisk motstand. Flere tiltak er rettet mot ungdom: utdanningsprogrammer, entreprenør-konkurranser og «smart-drinking-uker» der ølkjøp premieres med matkuponger.

«CSR-tiltakene gir selskapene et skinn av å være del av løsningen, men de reduserer ikke skadene. Tvert imot åpner de dører til

politikere og myndigheter», konkluderer rapporten. De fleste av disse tiltakene ville vært ulovlige i Norge.

Motarbeidet lovforslag i Sør-Afrika

I Sør-Afrika har alkoholselskaper systematisk motarbeidet ny alkoholovgivning som skulle begrense reklame, utsalgstider og ansvarliggjøre produsentene. Selskapene var tidlig ute med å påvirke inntrykket av lovforslagene. Bransjen framstilte folkehelseorienterte politiske forslag – som å øke den lovlige drikkealderen fra 18 til 21 år, reklamebegrensninger og restriksjoner på plassering av utsalgssteder for alkohol – som «dårlige løsninger» på alkoholskader. Samtidig foreslo bransjen selvregulering, mens den framstilte alkoholindustrien som sosialt ansvarlige økonomiske aktører, opptatt av sosial rettferdighet. Blant annet finansierte de to parallelle samfunnsøkonom-

iske analyser som sådde tvil om tap av arbeidsplasser. Under pandemien kombinerte bryggerigiganten SAB søksmål med donasjoner for å presse frem selvregulering. I åtte år har helsemyndighetene i landet, med støtte fra sivilsamfunnet, forsøkt å regulere alkoholsalget. Loven er fortsatt ikke vedtatt.

Sports- og kultursponsing

I Uganda har ølmerket Nile Special gjort seg uunnværlig som hovedsponsor for universitets- og eliteseriefotball. Nyhets- og sosiale medierdekningen av idretts-sponsing fremhevet den økonomiske støtten fra alkoholindustrien og fremstilte den som avgjørende for idrettens bærekraft i landet.

Alkoholindustrien gjorde eksplisitt reklame for produktene sine gjennom:

- alkoholprodukter i begrenset opplag,
- logoer for alkoholmerker på idrettsarenaer,
- reklame og promotering på ulike steder både innenfor og utenfor idrettsarenaene,
- opptredener av representanter for alkoholindustrien i nyhetsreportasjer.

Industrien brukte også elementer fra Ugandas kultur og historie i sine markedsføringsaktiviteter. Gjennom idrettssponsingen plasserte alkoholindustrien alkoholmerker som en sentral del av ugandisk kultur. Da Uganda Breweries Limited, som hovedsakelig eies av East African Breweries Limited – et datterselskap av Diageo – sponset Gulu Elephant Monument, som ble reist i Gulu by i 2022, knyttet bryggeriet elefantens kulturelle betydning for Acholifolket til logoen til Tusker, et merke bryggeriet selv produserer.

«Smart drinking»

Alkoholopplæringsprogrammer retter seg ofte mot unge mennesker. I Uganda

sponset Nile Breweries Limited i 2021 en «InterUniversity Smart Drinking Challenge» som var rettet mot universitetsstudenter; deltakerne ble oppmuntret til å konkurrere og sende inn idéer for å fremme fornuftig alkoholbruk, med pengepremier som belønning. På samme måte lanserte Sierra Leone Brewery Limited – et datterselskap av Heineken – i 2022 en kampanje kalt «Under 18? Null toleranse for alkohol». Kampanjen, som omfattet en workshop og opplæring i å forebygge alkoholbruk blant mindreårige, nådde angivelig 200 skolebarn fra 20 skoler i Freetown.

Hva sier Oljefondet?

Fondets etiske regelverk slår fast at selskaper kan utelukkes ved «systematiske brudd på folkehelsen». Likevel har verken Norges Bank Investment Management (NBIM) eller Etikkrådet per juli 2025 åpnet en formell sak mot alkoholsektoren. NBIM viser til at alkohol er et lovlig produkt, og at engasjement og stemmegivning «kan gi bedre resultater enn salg av aksjer». (NBIM har ikke besvart våre spørsmål om denne rapporten innen deadline.)

– Vi kan ikke bruke milliarder på bistand for å bedre folks liv – samtidig som vi investerer i og tjener på selskaper som forverrer situasjonen. Dette er dobbeltmoral i praksis, sier generalsekretær i FORUT, Ida Oleanna Hagen. – Oljefondet må gå i aktiv eierskapsdialog med alkoholselskapene vi har investert i, for å stanse aggressiv markedsføring og uansvarlig myndighetskontakt i afrikanske land.

Hvis dette ikke er mulig, så har Norges Bank Investment Management (NBIM), som forvalter Oljefondet, uttalt at de vil redusere antallet selskaper fondet er investert i, og trekke seg ut av selskaper med høy etisk og finansiell risiko.



Alkoholreklame i Sør-Afrika kommer helt inn i skolene.

Alkoholindustrien, slik den opererer i lavinntektsland, oppfyller begge kriteriene, mener FORUT.

Hvorfor spiller investeringene en rolle?

- Alkohol er den **ledende risikofaktoren** for sykdom blant voksne 25–49 år globalt.
- I 2024 sto Afrika for verdens raskest voksende alkoholsalg, drevet av unge forbrukere og svake reguleringer.
- Studien viser at «**ansvarlig drikking**» – kampanjer erstatter strukturelle tiltak som prishopp og reklameforbud – tiltak som ifølge WHO er mest kostnadseffektive.

Dermed tjener fondets investeringer på en forretningsmodell som i stor grad eksporteres til markeder med høy sårbarhet og lavt helsesikkerhetsnett.

Alkoholgigantene i Oljefondet

I tillegg til den negative innvirkningen på folkehelsen og bærekraftig utvikling har alkoholselskapene også vært involvert i uetisk praksis for å

- villedde offentligheten om alkoholskader
- rette seg mot ungdom, kvinner og barn gjennom sin markedsføring og sine initiativer for samfunnsansvar
- fremme ineffektiv selvregulering av alkoholmarkedsføring i stedet for offentlige reguleringer
- motarbeide folkehelsepolitikk som tar for seg alkoholskader

Skriv under!

FORUT, IOGT, Juvente og Juba går sammen i kampanjen Oljefondets alkoholproblem for å få fondet til å selge seg ut av alkoholindustrien. Gå inn og støtt kravet på <https://www.oljefondetsalkoholproblem.no/>

RETTIGHETER OG RETORIKK

AV JAN TORE EVENSEN

Forebyggende arbeid er en sentral del av retten til helse. Det perspektivet mangler ofte i debatten om narkotikapolitikk og menneskerettigheter.

Legalisering og avkriminalisering av narkotika blir stadig oftere presentert som å være i samsvar med menneskelige rettigheter. Den svenske tankesmien Narkotikapolitisk Center (NPC) sier i sin ferske rapport at bildet er mer sammensatt – og at et godt forankret forbud kan være like viktig for å beskytte retten til helse som skadereduksjon og behandling.

Korrektiv mot debatten

Hovedforfatter Pierre Andersson har selv bakgrunn som journalist og stiller spørsmålet om legaliseringsdebatten har blitt «filterboblenes pris» – der sterke anekdoter overskygger bred forebygging. NPCdirektør Peter Moilanen beskriver i forordet rapporten som et «korrektiv» mot en debatt han mener har fått «ideologisk slagside» mot avkriminalisering og legalisering, mens forebygging blir marginalisert.

NPC er finansiert av en håndfull svenske organisasjoner, blant annet IOGT-NTO, og plasserer seg «mellom ruskrigen og laissez faire» politisk. Rapporten bygger på en gjennomgang av vitenskapelige studier, FN uttalelser, offentlig statistikk fra USA og Canada samt intervjuer med nordiske eksperter.

Forebyggingsparadokset i menneskerettslig lys

Sentralt i forebyggingsarbeid står forebyggingsparadokset: det at vi ikke finner de største samlede skadevirkningene i

høyrisikogruppen, men i den langt større gruppen med moderat bruk. Det er derfor bred enighet i forskermiljøer om at universelle tiltak – som aldersgrenser, pris, eller et tydelig forbud – ofte gir større folkehelsegevinst enn utelukkende selektive tiltak mot spesielle målgrupper.

NPC knytter resonnementet til statens plikt etter FNs konvensjon om økonomiske, sosiale og kulturelle rettigheter (art. 12) til å forebygge helseskade, ikke bare reparere skadene. Dette argumentet får støtte i flere generelle kommentarer fra FN-komiteen, påpeker rapporten.

Barnas rett til beskyttelse: artikkel 33 i Barnekonvensjonen

Et annet sentralt poeng er Barnekonvensjonens artikkel 33, som pålegger statene å bruke «alle passende tiltak» for å beskytte barn mot narkotika. Etter at Sverige gjorde konvensjonen til nasjonal lov i 2020, har forbudet fått høyere rettslig tyngde. I Norge skjedde det samme alt i 1991. NPC argumenterer for at lav tilgjengelighet, normbygging i skolen og tidlig avdekking av risiko hører naturlig hjemme som virkemidler som passer under artikkel 33.

Rapporten sammenstiller tall fra Colorado og Washington og finner åtte prosent høyere cannabisbruk i befolkningen sammenlignet med amerikanske delstater uten legalisering. I Canada

rapporterer sykehusene en markant økning i akuttforgiftninger blant små barn etter legaliseringsreformen i 2018. NPC konkluderer at det er «vanskelig å se» hvordan dagens legaliseringsmodeller lar seg forene med barnekonvensjonen.

Et splittet FNlandskap

Et annet argument fra legaliserings-tilhengere er at FN har gått inn for både avkriminalisering og legalisering. Rapporten viser at landskapet er mer splittet. Mens International Narcotics Control Board (INCB) argumenterer for at et restriktivt konvensjonsregime kan gjennomføres uten å bryte menneskerettighetene, anbefalte FNs høykommissær for menneskerettigheter (OHCHR) i 2023 «ansvarlig regulering» av narkotika. NPC mener spenningen bunner i ulike fagtradisjoner: INCB vektlegger folkehelseindikatorer, mens OHCHR legger større vekt på individuelle friheter og strafferettens inngrep.

Rapporten etterlyser bedre samordning mellom FN-organene og minner om at menneskerettighetene er udelte og gjensidig avhengige: Å prioritere personlig autonomi på bekostning av barns helse bryter med sammenhengen i rettighetssystemet.

Penger og politikk: hvem setter agendaen?

Rapporten kartlegger også finansieringen av verdensomspennende legaliseringsnettverk. Open Society Founda-

tions (OSF) skal alene ha kanalisert over 80 millioner dollar til nær 50 organisasjoner på feltet mellom 2016 og 2023. NPC peker også på at OSF er en av de største private bidragsyterne til OHCHR.

Ifølge rapporten skaper dette en «ekkokammereffekt» under FN-kommisjonen for narkotika (CND), der sivilsamfunnsarrangementene domineres av avkriminaliseringsaktører; i 2023 var OSF direkte eller indirekte knyttet til 60 prosent av sideeventene ved det årlige møtet.

Empiri fra land som har legalisert

INCBs egne oppfølgingstall viser sterk kommersialisering i Colorado og Washington, økt trafikkskadestatistikk og 154 prosent flere henvendelser til Giftinformasjonssentralen i Colorado etter legaliseringen.

Liberaliseringstilhengere anfører derimot at arrestasjonene for besittelse har falt dramatisk og at skatteinntektene går til skole og behandling. NPC bestrider ikke tallene, men mener gevinsten ved færre arrestasjoner kan oppnås innenfor et forbud gjennom alternative reaksjoner som påtaleunnlatelse og spyttprøver i stedet for blodprøver.

Flertallet vil ikke gjøre noe ulovlig

Rapporten viser til en norsk spørreundersøkelse blant 16–19-åringer: Flertallet som avstår fra cannabis, svarer

at de «ikke vil gjøre noe ulovlig». Blant brukerne oppgir mange at frykt for politireaksjoner begrenser forbruket.

IOGT Norge tolker tallene som et argument for å beholde dagens forbudslinje, men med større vekt på behandling og gode ettervernstilbud. Samtidig understreker organisasjonen behovet for proporsjonale sanksjoner og varsomhet mot stigmatisering.

Argument for forebygging

«Rettigheter och retorik» gir et etterlengt motstykke til en debatt som ofte fremstilles som et nullsumspill mellom «krig» og «frihet». Rapporten argumenterer for at forebygging og menneskerettigheter ikke er motsetninger, men gjensidige forpliktelser.

For IOGT innebærer funnene et sterkere argument for å kombinere et tydelig forbud med lavterskel behandling og offensiv forebygging. Om verdenssamfunnet finner denne balansen, er fortsatt et åpent spørsmål – men NPC-rapporten minner om at retten til å slippe skade er like viktig som retten til hjelp etter at skaden har skjedd.



VIL STIMULERE ALKOHOLFRI- MARKEDET MED EN APP

Med appen A.fritt skal det bli enklere å finne restauranter og barer med fullgode alkoholfrie alternativer, sier Asbjørn Johnsen.

AV SIDSEL SKOTLAND

– A.fritt skal gi brukerne anledning til å rangere og anmelde det alkoholfrie tilbudet på stedene de besøker. Litt som Trippadvisor er for reiselivet, forteller Asbjørn Johnsen.

I første omgang skal appen integreres gjennom den nylig lanserte nettsida Alkoholfri Norge.no som eies og driftes av FMR Fellesskap – Menneskeverd – Rusfrihet (tidligere Forbundet mot rusgift)

Johnsen ser på utviklinga av tjenesten som sosialt entreprenørskap, hvor «sosial effekt» er drivende motivatorer. Sjøl kaller han seg for seriegründer innen teknologi.

Farvel til alkoholen etter hvit måned

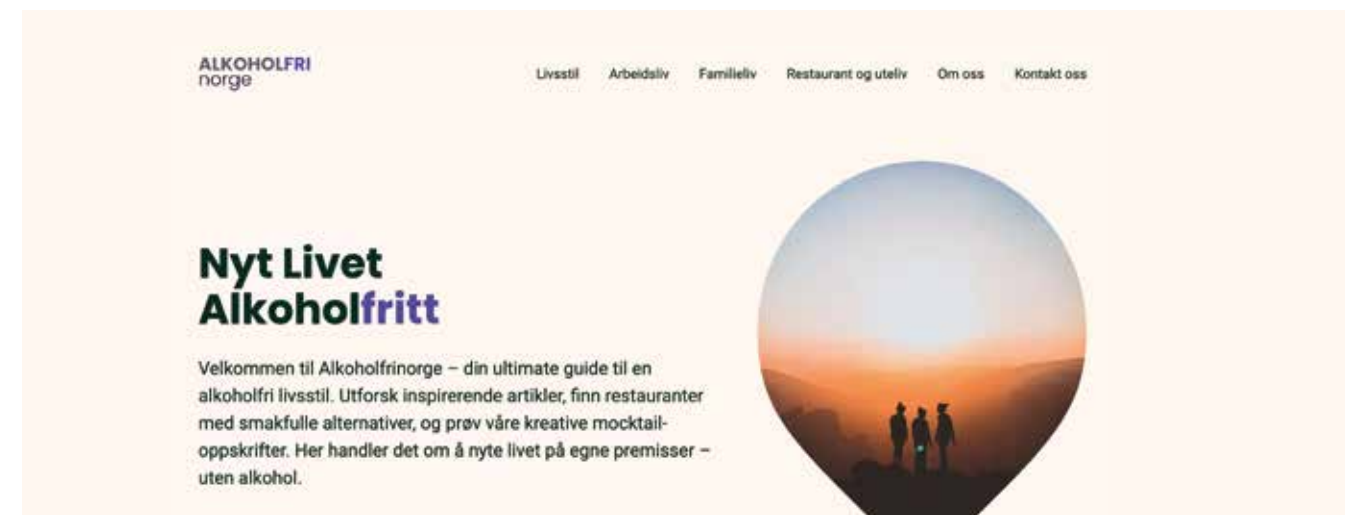
Det hele starta da han tok en hvit januar i 2023. Han drakk ikke store mengder hver gang, men ofte. Vin til mat, en øl etter jobb. Ofte alkohol i alle sosiale sammenhenger.

– Det var et liv omgitt av alkohol, forteller han.

Han ble så overraska over hvor store helsegevinster en hvit måned ga, at han fant ut at han bare måtte slutte med alkohol – helt. Han fikk mye mer energi, både fysisk og mentalt, og mer overskudd. Alle oppgaver ble enklere og mer lystbetont. Søvnkvaliteten ble langt bedre og han tror dette er mye av grunnen til den mye bedre livskvaliteten han har i dag. Det at han tok av 15 kilo inspirerte til mer trening og hjelp også på det mentale, forteller han.

Dette valget bidro også til at han fikk øya opp for alkohol som sådan, og han begynte å lese seg opp på alkoholens innvirkning både på helse og samfunn. Dessuten trengte han alternativt drikke når han var på by'n. Og der var det mye dårlig!

Han opplevde også at han var et forstyrrende element i kjøpsprosessen når han spurte etter gode alternative drikker til maten han bestilte. Kelnerne ble usikre og ukomfortable.



Hjelp til gode valg

Det bør da være mulig å gjøre dette bedre, tenkte gründeren, og ideen til A.fritt ble unnfanga og etablert som et sosialt entreprenørskapsprosjekt.

Men det var først i høst det virkelig skjøt fart. En tur til Juvente-hytta på Øygarden får æren.

I ungdomstida var Johnsen medlem av NGU (Norges Godtemplar Ungdomsforbund). Da han bestemte seg for å droppe alkoholen helt, begynte han å følge Facebookgruppa Sober Oslo – ei gruppe for alkoholfrie aktiviteter og arrangementer med nesten 3 000 medlemmer som samarbeider med IOGT. Johnsen deltok på flere arrangementer, og i 2024 slutta han seg igjen til rørsla på alvor: Han meldte seg inn i IOGT.

På Sober Oslo/IOGT-turen til Øygarden traff teknogründeren Magne Richardsen, lederen for FMR, som var i gang med prosjektet Alkoholfri Norge, finansiert av Helsedirektoratet.

– Det var jo helt innafor det vi dreiv med! Nettsida Alkoholfri Norge.no og tjenesten A.fritt utfyller hverandre på så mange plan. Vi fant ut at vi måtte samarbeide – vi hadde jo felles mål.

Dette målet er først og fremst å hjelpe folk til å ta gode valg, særlig til å leve et alkoholfritt, eller alkoholreduert, liv. Prosjektet spiller også på lag med trender i tida. Johnsen ser at stadig flere ønsker seg en sunnere livsstil – stadig flere prioriterer helse, søvn, velvære og bærekraft, og en alkoholfri livstil er nå for mange en naturlig del av å optimalisere eget liv og bedring av livskvalitet. Dette har blant annet resultert i mer etterspørsel etter alkoholfrie alternativer enn noen sinne.

Skal tjene på klikk

Samarbeidet innebærer at Alkoholfri Norge.no whitelabeler A.fritt (se faktaboks). Alkoholfri Norge.no blir dermed en slags distribusjonskanal for appen, og Johnsen håper at mange aktører etter hvert vil bli det. Gjennom whitelabeling kan denne appen bli alles.

– Forretningsmodellen er basert på en tradisjonell katalog- og guideformat, med inntektsmuligheter som sponset søk, betalte plasseringer og henvisninger. Det A.fritt tjener penger på er altså restauranter, barer og andre utsteder som er registrert i appen. De som integrerer A.fritt må også betale litt, forklarer gründeren. Å være registrert er gratis, men det er klikkene restaurantene får gjennom appen A.fritt skal tjene penger på. For de klikkene er det de som får, uansett hvem som distribuerer appen.

Ønsker å være markeds plass

Johnsen håper etter hvert også at A.fritt vil kunne være en markeds plass for produkter som blir en del av det han kaller det «utvidede alkoholfri-økosystemet» – som for eksempel smartklokker og -ringer som registrerer søvnkvalitet. – Unge folk vil være den beste utgaven av seg sjøl. Da er søvn viktig. Den store forskjellen mellom søvn etter en natt eller kveld med og uten alkohol, kan lett leses av på disse dupedittene. Vi kan produkt plassere alle produkter der en blir bevisst på alkoholens negative virkninger.

Johnsen håper A.fritt er klar for lansering i løpet av mai – i første omgang som en testugave på Alkoholfri Norge.no,

– Folk blir invitert til å teste, og vi tenker først og fremst på alle medlemmene i Actis nettverket. For å være med må en registrere seg som testbruker.

FAKTA

- A.fritt AS er et ideelt AS som innebærer at det ikke skal betales ut utbytte til eierne
- A.fritt er opptatt av den «doble bunnlinja». Sosial effekt måles og brukes som beslutningsstøtte
- A.fritt vil gi ulike organisasjoner, bedrifter og distributører mulighet til å «whitelable» appen -og web plattformen
 - Whitelabeling betyr at en tjeneste eller et produkt blir tilbudt uten merkevare, sånn at andre selskaper kan tilpasse og bruke det under sitt eget navn og design.

Hovedfunksjoner i A-fritt:

- **Søkbart register:** En omfattende database over restauranter og utesteder med vurderinger av stedets alkoholfrie utvalg, omfang og service
- **Bruker genererte anmeldelser:** En dynamisk plattform der tilbakemeldinger fra brukere gir pålitelig informasjon, og interaksjon mellom brukere
- **Guide og blogg:** Inspirerende innhold om alkoholfri livsstil, helse og trender
- Les mer om A.fritt på www.afritt.no

- Vi må ikke glemme at alkohol er et personlig valg. Jeg vet at jeg har mer indre fred, fordi jeg har valgt å ikke drikke sier Anno Elo.



– Hadde myndighetene sagt at alkohol skal bli ulovlig, da hadde jeg tenkt, så godt! De passer på oss!

FOTO OG TEKST AV HANNE-KARINE SPERRE

– Det er et paradoks at noe som koster så mye lidelse, får så stor positiv oppmerksomhet, åpner den 36 år gamle treningsentusiasten.

Gründeren Anno Elo er kjent for sin dedikasjon innen helse og trening. I nærmere tjuå år har han jobbet i bransjen. Han ser på menneskekroppen som en sammenhengende helhet, hvor både det psykiske og fysiske henger sammen. For fire år siden startet han Sano klinikken på Kampen i Oslo. Når han ikke tar unna ventelister på behandling og helseråd, er han på jobb for Oslo Idrettslag Svømming.

Vil til livs at det går på automatikk

– Til tross for negative helseeffektene, finner de fleste en eller annen grunn for å drikke alkohol. Det går nærmest på automatikk, og det vil jeg til livs. Noen drikker seg til mot. For å takle sosiale situasjoner. Supplere det til maten. Feirer noe. For å slappe av. Belønne seg selv, eller for å selvmedisinere, mener 36-åringen bestemt.

I media fremstilles det som normalt, og i sosiale medier kryr det av bilder med alkoholen som en naturlig del av alle fronter i livet. Til og med i et babyshower. Eller til tenåringens konfirmasjon. På 17-mai. I arbeidslivet er det nærmest en forventning at alkohol hører med når de ansatte samles.

– Da er vi på mange måter slaver av alkoholen. Jeg tenker ikke at arbeidsgivere oppmuntrer til å drikke alkohol, selv om det også dessverre eksisterer. Like fullt, intensjonen er nok sjeldent å skape en slik kultur.

– Men konsekvensene er likevel at det oppstår to subkulturer der noen drikker og andre avstår, noe som ikke nødvendigvis harmonerer.

Mange opplever det som ubehagelig når alkoholinntaket blant kollegaer blir for høyt. Med uønsket tafsing og kommentarer. Kolleger som sjangler. Noen spyr. Upassende dansing, hoing og påspanderte enheter med påfølgende drikkepress.

– Jeg har sett mye av dette i løpet

av min fartstid som dørvakt i gamle dager, ler han og rister på hodet.

– Ville jeg båret Sano Klinikken logo med stolthet og integritet hvis mine kolleger møtte opp i mandagsmøte etter en fuktig firmafest på selskapets regning? Nei, beklager, men det hadde jeg ikke!

Alkohol er et personlig valg

I et tettbebyggt strøk og knutepunkt i Lillestrøm kommune på Romerike, har Anno og hans lille familie funnet drømmehuset. Innrammet med et klassisk hvitt gjerde og frodige busker. For et år siden solgte de leiligheten på Oppsal, endelig hadde de landet boligdrømmen.

Families yngste medlem ankom med storken for noen uker siden. Hele tilværelsen deres bærer preg av det. Overrumplet av sterke følelser. Varm i hjertet. Det er lykkerus og det er våkenetter. Ømhet og tårer.

– Det kan være slitsomt ikke å kjenne igjen seg selv i disse følelsesstormene, åpner Anno videre med et smil.

Når han forteller trer det frem en mann som evner å knytte seg til andre mennesker ved å være seg selv.

– Og det er her hans autentiske personlighet spiller inn, supplerer kona Kristine, mens hun legger babyen i vogna. Klar for trilletur i solskinn.

– Vi må ikke glemme at alkohol er et personlig valg. Jeg vet at jeg har mer indre fred, fordi jeg har valgt å ikke drikke, sier Anno før han utdyper.

– Men det skal også sies at mitt eget avhold også har med min tro å gjøre, det handler ikke bare om helse. Like fullt er det viktig for meg å opprettholde en god balanse mellom jobb og privatliv. Jeg mener alkohol er et støyeblikk i det forholdet som bidrar til ubalanse.

Anno trekker frem at livets motgang er lettere å håndtere når man er

klar i hodet, og også kan kjenne på at man ikke trenger alkohol, eller rus, for å takle deg som er tøft. Det i seg selv er en enorm mestring.

– Motgang kommer til oss alle, og det handler jo om å vise barna våre at dette tåler jeg. Dette kan jeg stå i.

– Uansett hvilken motgang vi møter, hvilke forutsetninger vi har med oss – eller hva grunnmuren vår bygget opp på, erfarer jeg at det er helt avgjørende for hans suksess, at han ikke drikker, sier Kristine.

Forskjellen hva man velger å gjøre

– Min påstand er at forskjellen mellom suksess og fiasko ikke handler om hva man har, men hva man velger å gjøre med de ressursene man har, legger hun til.

– At jeg er avholds, er utvilsomt et bidrag til min suksess. Jeg er vel så sosial og er like mye med kamerater og familie som andre, men jeg drikker ikke alkohol. Hvis jeg hadde gjort det ville kroppen min stadig blitt nedbrutt, og det er ikke forenelig med egen klinikk, to små barn, familieliv og venner.

– Hvis jeg skal lykkes i å nå mine mål, må jeg være på plass. Jeg må være villig til å yte maksimalt. I idretten ser vi at de som lykkes og vinner, drives av sin lidenskap for å bli enda bedre, og det er uavhengig av alt annet.

– Hvis jeg hadde drukket alkohol, selv i mindre mengder, vil det påvirke blant annet nervesystemet og konsentrasjonen. Det forkludrer kroppen med stoffer som fjerner meg bort fra det som er ekte. Hvordan skal jeg kunne selge helse da? Spør Anno.

– I det samfunnet vi lever i nå, som i stor grad styres av ytre press og forventninger, er det bekymringsfullt at alkoholforbruket øker og at alkohol assosieres med positive helseeffekter, fremholder Anno i det han viser oss en skjermdump av dagens nyheter i en av riksmidlene.

>>

– **Jeg tror ikke vi kan få pose og sekk. Suksess og helse, og alkohol.**

Ny forskning forteller at ungdom ser på alkohol som en vei til frihet, identitetsutforskning og sterkere vennskapsbånd, avslører avisen. Forskningen hadde et fokus på de positive opplevelsene de unge hadde ved rusopplevelser.

– Det er viktig at medier og helseeksperter i etterkant gir differensierte opplysninger om hvordan alkohol påvirker kroppen, fremholder Anno. Jeg mener saker som dette er med på å forsterke press og forventninger. Det det legger opp til at vi utvider rammene for hvorfor man bør drikke.

– Vi bør drikke, «da blir vi frie og lykkelige». Det kan vi ikke bli uten alkohol, tordner den nær to meter høye norsk-marokkaneren.

Hans røtter går tilbake til et land spekket av kontraster og eldgammel historie. Født og oppvokst i Oslo, men med Marokko som et slags eventyr langt der borte. Han kaster varme ord til det unike landet med lange somre og milde vintre.

I den hvite koppen på bordet er det nytraktet kaffe. På en trefjøl ligger flere sorter bakst dandert. Hjemme hos Kristine og Anno er det like varmt og velkomment, som historiene om det marokkanske landskapet, der det strekker seg fra Middelhavet og hele veien til Saharaen.

– Jeg må jo ærlig innrømme at jeg har sjonglert flere identiteter på en og samme gang. Jeg var både norsk, araber, marokkaner, muslim og minoritet – en blanding som dagens politikere og samfunn ikke er spesielt begeistret over. Som ung kunne jeg nok hoppe mellom forskjellige personligheter, avhengig av hvem jeg var med, men i dag er jeg meg. Hundre prosent.

– Det hadde jeg ikke kunnet være hvis jeg drakk alkohol eller rusa meg på andre ting, noe som for meg til å tenke på det som står i artikkelen.

– Man betegner rusmiddelbruk som en rekvisitt for å spille ut en identitet. Som ungdom som skal bevege seg inn i voksenlivet. «Hvem kan jeg være?», fortsetter han.

– Problemstillingen er ikke selve alkoholen, men det at det får anerkjennelse – som om man leter med lupe etter positive effekter.

Big business

I startgropen av dette året ble et notat fra Helsedirektoratet omtalt i norske medier. I notatet, som adressert Helsedepartementet, kommer det frem at helsemyndighetene ønsker å merke flasker med øl, vin og brennevin med såkalte piktogrammer, der det advares mot at inntak av alkohol øker faren for kreft og andre sykdommer.

Men det 76 sider lange notatet inneholder en passasje som vekker reaksjoner. «Noen alkoholholdige drikker, typisk årgangsvin, kan være særlig verdifulle og anses som samleobjekter på grunn av alder, svært begrenset volum, eller andre forhold. For disse produktene kan endringer på produkt og emballasje kunne medføre et vesentlig verditap for selgeren»

– Alkohol er big business, skyter Anno inn. Det er en grunnleggende konflikt mellom alkoholindustriens profittinteresse vs. et sunt samfunn.

36-åringen mener at diskusjonene rundt at årgangsvin skal slippe unna merking er typisk norsk.

– På den ene siden er det ønskelig å øke salget, verdien og forbruket. Det investeres i markedsføring, vinanmeldere og omtale. På den andre siden diskuteres politiske løsninger for å liksom beskytte folk mot alkoholskader. Myndighetene diskuterer økte avgifter, forbud mot reklame og redusert alkoholutsalg.

– Det hele er et paradoks.

– Alkohol må gjerne være et samleobjekt, og folk må gjerne drikke, men alkohol i seg selv bør ikke få så mye oppmerksomhet i samfunnet.

Han ser ikke verdien av nyhetsjournalistikk, som skal underbygge gleden ved rusmidler. At man pusher grenser og forsterker følelser, er en opplagt effekt av rus – han mener dialogen må handle mer om fokuset på å være autentiske mennesker, søken etter å ha det også er gøy og oppleve samhold uten å være påvirket.

– Jeg savner mediesaker som i større grad støtter og bygger opp status på at særlig unge fint kan finne sin identitet som rusfrie.

– Men målet er ikke at jeg skal henge ut folk som drikker, eller at jeg tror at folk kommer til slutte å drikke, det er utopi. Men folk bør få riktig informasjon, slik at man kan ta gode valg for seg selv. Og til de som tenker at de må få dytte hva de vil inn i kroppen sin, uten at myndighetene skal kontrollere dette, har ikke forstått regnestykket – i grunn er det en ganske selvopptatt holdning til fellesskapet, sier Anno kontant.

– Ruslidelser, som fra alkohol, men også narkotika – koster samfunnet enorme summer. I uførhet – flere faller ut av arbeidslivet – og bidrar derav ikke til fellesskapet. De koster familie og pårørende unødig lidelse og omsorgsarbeid, barn lider og partnere lider. Listen er lang, sukker han.

– Så jeg er sterkt uenig i at folk må få gjøre som de vil med kroppen sin, sier 36-åringen.

– **Jeg er også klar for en fest**

Fest er stemning. Ikke alkoholen eller mengden. Fest er musikk. Latter. Mat. Venner. Familie. Barn. Dans.

– Jeg har venner som drikker, og de som drikker gjør det for å ha det gøy. De av oss som ikke drikker alkohol, kjøper alkoholfritt. Noen ganger er det også fest, uten at det er noe alkohol.

– Stemningen er alltid god, uansett. Det er ingen som savner alkohol eller føler at noe mangler. Og alle er med. Det er viktig, legger han til.

Avslutningsvis spør vi den frittallende helseentusiasten om hva han gjør for å koble av?

– Det er vanskelig å koble av fullstendig, smiler han. Vi har to barn, den ene bare seks uker. Eldstemann er syv.

– Men en treningsøkt er nok det mest befriende i en hverdag. Skal jeg senke skuldrene og koble helt ut av hverdagen, må jeg hjem til pizza og en pose smågodt – da glemmer jeg fort alt jeg skulle ha gjort.



Anders Bekken, Frødis Enstad og Guro Ødegård ved lanseringen av årets Ungdata-tall.

MANGE UNGE HAR HØY LIVSKVALITET, men mange opplever stress og psykisk uhelse

AV INGVAR MIDTHUN

NOVA presenterte Ungdata 2025 i en fullsatt sal på Arendalsuka. Et sentralt funn er at mange unge trives med mye i hverdagen.

NOVA-direktør Guro Ødegård åpnet arrangementet i Arendal med å takke norske kommuner, skoler og tusenvis av elever for at de gjennomfører og svarer på denne store undersøkelsen som har blitt så viktig for kartleggingen av livet blant våre unge.

Røyk og rusmidler

Årets undersøkelse viser at bruken av vape (e-sigaretter) har økt betydelig siden forrige måling. Mens 4% svarte at de vaped i 2022, er tallet 7% i 2025. I tillegg viser Ungdata 2025 at det er en økning i bruken av rusmidler blant elever i ungdomsskolen. Nå viser tallene at flere elever enn tidligere har drukket seg beruset på ungdomsskolen, mens bruken av alkohol går ned i videregående skole. 14% av ungdomsskoleelevene rapporterer at de har vært beruset i løpet

av det siste året, uten at det finnes tall for hvor ofte de har vært beruset.

10 prosent av guttene i videregående skole svarer nå at de har prøvd andre rusmidler enn Cannabis det siste året. Tallene fra flere Ungdataundersøkelser viser at bruken av kokain og andre narkotiske stoffer har økt fra 2-3% for et tiårsiden, til dagens nivå der 6% svarer at de har prøvd ulovlige rusmidler.

Forsker Anders Bekken i NOVA er samtidig opptatt av å formidle den helheten som viser at de aller fleste unge i Norge tross alt ikke ruser seg. –Det er så lett at vi får store medieoppslag på rusbruken, mens vi ikke får tilsvarende oppslag om det svært store flertallet som tross ikke røyker eller bruker rusmidler, sa Bekken i sin orientering.

Livskvalitet

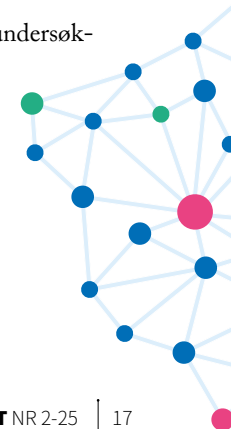
Frødis Enstad og Anders Bekken sa til en fullsatt konferansesal i Arendal at det er viktig at vi fokuserer på at mange unge i Norge har høy livskvalitet, selv om mange også oppgir at de opplever stress, psykisk uhelse og mobbing. De to la vekt på at alle, også de unge, opplever både oppturer og nedture i livet. Dette er erfaringer som til sammen skaper en læring og robusthet i det lange løp, understreket de to. Samtidig må ikke

dette føre til at vi ikke oppfatter bekymringsfulle signaler i en slik stor undersøkelse. Det er viktig at vi tar på alvor at 3 av 10 oppgir at de ofte gruer seg til å gå på skolen, og at de er en svak økning av unge som svarer dette.

Holdninger

Ungdata 2025 viser også at det er en mindre andel unge som mener at hasj og marihuana bør bli lovlege rusmidler i Norge. Hele 88% av ungdomsskoleelevene mener at det er farlig å røye hasj eller marihuana. Dette er en interessant utvikling, som IOGT mener kan tyde på at flere unge gjennom egne erfaringer opplever en bekymringsfull rundt egne eller andre sin utprøving av ulovlige rusmidler.

Du kan lese hele Ungdata-undersøkelsen her:



ODDGEIR HØYEKVAM, DROPPET ALKOHOL I ETT ÅR – SLIK GIKK DET!

Den karismatiske 48-åringen reflekterer åpent, direkte og usminket hans eget forhold til alkohol.



AV HANNE-KARINE SPERRE

For halvannet år siden begynte Høyekvam å kikke seg selv i kortene, både med tanke på at han er familiemann, men også anerkjennende ovenfor den viktige jobben han har som generalsekretær i Norsk narkotikaforebyggende forening (NNF).

Det medførte at han tok grep om eget alkoholforbruk, og i dag gleder han seg over å være avholds.

– Jeg har jo kommet i en alder hvor jeg kjenner det på kroppen, smiler Høyekvam, som aldri har vært en stordrikker. Men selv i små mengder, setter alkoholen spor.

Å bruke tid med familien har høy prioritet hos Høyekvam. Når han skal koble av, er det sammen med barna og kona. Han bruker mye tid på fritidsaktiviteter sammen med barna, ikke bare sine egne barn, men også andres.

Med fem egne barn, og som trener for G11 og G15 i hjemkommunen Time, handler engasjementet om mer enn fotballmessige. Det handler om å bygge samhold og lag, det å ha det gøy sammen. Det er dette som er viktig.

Når han kuttet ut alkoholen kjenner han også i større grad på at han er et bedre forbilde.

«Fylla har skylda»

Høyekvam forteller at kroppen og den mentale helsa har respondert svært positivt på fraværet av alkohol.

– Jeg føler meg utvilsomt mer opplagt generelt sett, innleder han videre.

Det har han reflektert en del over det siste året. For hvorfor fremstilles alkohol nesten som noe man må forsake? Hvorfor ikke fremme alt det positive fraværet av alkohol gir?

Det sosiale aspektet ved alkohol har bidratt til en kultur der det nærmest er normalt å «ta ut alt» når man drikker. Det skal feires, gledes og man skal ha det moro. Alkoholen har en sentral rolle i dette. Og når det skjer i fellesskap er det mange som tenker, sier, og gjør ting som ikke vil bli vurdert på samme måte som når man er edru.

– Det er det viktig å bli mer bevisst på, erfarer Høyekvam.

Fylla har skylda. Frasen som brukes for å delvis bortforklare dumme ting man har sagt eller gjort under påvirkning

av alkohol, er trolig velkjent og velbrukt av mange.

– Det er ikke tvil om at jeg opp gjennom åra har sagt ting jeg angrer på, sier Høyekvam. Men det er jo ikke sånn at man blir et annet menneske når man drikker, man blir heller en noe mer primitiv versjon av seg selv.

– Jeg ønsket mer overskudd i hverdagen, bedre søvn og en bedre tilstedeværelse i livet, ovenfor barna og familien, sier Høyekvam om den primære motivasjonen for å kutte ut alkohol.

I tillegg fikk han energi, trygghet, mer tilstedeværelse i hverdagen og generelt sett økt velvære.

Det kommer gradvis. De første månedene merket han ikke så mye fysisk, og han var spent på om det ville bli utfordrende å være i sosiale lag hvor alkohol er en naturlig del. Men det var i grunn enkelt å slå seg til rette i den nye rollen.

– Jeg følte jeg meg etterhvert selv-sikker og hjemme i dette, og følelsen av at det også handler om å være et forbilde, for omgivelsene, barna og familie, forsterket dette. – Jo tidligere unge debutterer med rus, jo mer risiko for skade, legger han til. Jeg har et sterkt ønske om å påvirke at alkoholdebuten utsettes, noe som også vil bidra til å forebygge bruk av ulovlige rusmidler. Når jeg er edru i helgene, er jeg tilgjengelig for barn som farter, sier Høyekvam som er far tenåringer. Den eldste 17 år. Jeg sitter oppe og venter, og henter henne når hun er ute sent hos venner. Dette er viktig forebygging.

Mer interessant som beruset?

Hvorfor vi drikker alkohol, er nok et usikkert spørsmål, tror generalsekretæren. Men ser vi til de bibelske fortellingene om vann og vin, til 1920-tallets alkoholforbud, og lange køer foran Vinmonopolet under pandemien – er det åpenbart at alkohol har påvirket mennesker gjennom tidene. Rusmidlenes fellestrekk, at de trigger de dype, grunnleggende belønningssentrene i hjernen, er nok helt sentral.

Høyekvam reflekterer over menneskers motivasjon for å drikke alkohol. Han kaster lys på gode minner fra sosiale lag, middager og situasjoner der man hygger seg sammen. Det kan ligge en slags forventning i oss mennesker i bunn, til hvordan det vil bli ved neste anledning, basert på tidligere erfaringer. Alt fra hvordan alkoholen vil smake, følelsen av å være beruset eller ideen om at alkoholen vil gjøre oss mer humørfylte og interessante. Neste gang man tenker på å drikke alkohol, vil de positive minnene forsterke motivasjonen, og kanskje bidra til at suget etter alkohol øker.

– For egen del har dette egentlig godt greit. En typisk situasjon hvor jeg tidligere tok meg en øl, på den lokale puben, der jeg går når jeg skal se en fotballkamp, er nå erstattet med eplemost og isbiter. Her serveres det ellers lite spennende alkoholfritt. Annet enn Munkholm, humrer han lett.

– Gjennom mitt avhold håper jeg at jeg viser tydelig at det går an å ha det kjekt uten alkohol, sier han. Som en sunn kontrast til at alkohol ellers i samfunnet dessverre fremstår som et bevis på lykke.

– I sosiale medier legger man ut bilder med vin og øl i glasset, eller en skål, som en del av bilde på det sosiale laget.

– Det provoserer meg, sier han og legger til at det er et uheldig «bevis» på at dette er eneste veien til lykke. – Hva med solidaritet med de som sliter med skadelig bruk? Spør Høyekvam.

– Nå handler det i økende grad, for meg, om å være bevisst på skadene alkohol medfører, og empati og fellesskap med de som lever med alkohollidelser.

Ubevisst forhold til alkohol

For mannen som til daglig vokter narkotikaens plass i samfunnet, var det i grunn ingen tilfeldighet at avhold fra alkohol går hånd i hånd med hans holdninger til rus.

– Sekundært i dette nye livet, har mitt avhold en verdi for foreningsarbeidet, fordi jeg er ansiktet utad i en forening

som jobber innen tematikken narkotika, forebygging og bekjempelse av organisert kriminalitet.

I bunn er han politimann. Før han tok permisjon fra politiet, for å jobbe i foreningen, hadde han over tjue år bak seg i Sør-Vest politidistrikt. Seks år i lensmannsetaten i Hå kommune, fem år under seksjon for organisert kriminalitet, deretter til fagansvarlig for Urogruppen – selve spydspissen innenfor narkotikaetterforskning på Jæren.

– Det blir feil at jeg er ukritisk til egen rolle som leder for foreningen, og det er ingen god følelse å være mot legaliseringen av cannabis, og samtidig være den som drikker alkohol.

Generelt sett tenker han at det er mange i samfunnet som har et ubevisst forhold til eget alkoholkonsum. Det er mange som opplever at ting faller på plass etter første og andre glasset, man slapper av, ting kjennes riktig, man blir løsningsorientert og glad i mennesker.

Promille og selvfølelse følger hverandre.

Dessverre, mener Høyekvam, er det nok slik for mange, at alkohol kan oppleves som en velfortjent belønning i en ellers slitsom hverdag.

– Jeg har jo også vært der.

– For noen handler det nok også om at det er lettere å drikke, fordi man unngår ubehagelig press eller forventninger.

– Det er nok en slags autopilot der, en slags forventning, for alkohol har en naturlig plass i sosiale samlinger. Jeg var forberedt på at det ville komme noen spørsmål til meg også, men det har i grunn ikke dukket opp noe.

– Heller tvert imot. Folk lar seg heller begeistre.

– Jeg erfarer at det er en endring i samfunnet, folk er mer åpne. Det selges mer alkoholfritt, og det er et bredere tilbud om spennende og god alkoholfri drikke.



EL-SIGARETTENE TRENDER: *Hvor bekymra bør vi være?*

Er ungdomsbruken av e-sigaretter i ferd med å ta helt av? Og bør vi bekymre oss for den?

AV SIDSEL SKOTLAND, FRILANSJOURNALIST

Røyking av e-sigaretter, damping eller vaping som det også kalles, ser ut til å trenge blant norsk og europeisk ungdom. Det har blitt noe ungdom gjør for å være en del av et sosialt fellesskap både på sosiale medier og i den virkelige verden. Ofte fronta av influensere. Vaping kan gi økt sosial status blant jevnaldrende, og mange ser på det som en identitetsmarkør.

Mest eksperimentering

Vaping kan også fungere som en slags mild opposisjon. Noe ungdommene skjuler for foreldre og lærere – noe litt «ulovlig», men ikke så «ulovlig» som å røyke. Dessuten har fest-vaping blitt et supplement til alkoholen og fest-røyken som også er blitt mer utbredt i ungdomskulturen den siste tida. Det vanligste bruksmønsteret eksperimentering og av-og-til-bruk.

Medietilsynet fant i en undersøkelse fra 2020 at ni av ti barn og unge brukte sosiale medier daglig. Dette er en viktig arena for indirekte reklame og eksponering for e-sigaretter. Algoritmene på digitale plattformer gjør at de som først har søkt på innhold relatert til e-sigaretter og vaping fortsetter å få dette inn i feeden sin, dermed kan påvirkninga bli ganske massiv. Og unge som blir eksponert for tobakk eller e-sigaretter på sosiale medier bruker det oftere enn unge som ikke ser denne type innhold.

Kommet for å bli?

Dette forteller forskerne Janne Scheffels og Rikke Tokle i boka «De rike drikker mest, de fattige rammes hardest» (red. Willy Pedersen). De etterlyser mer forskning, men i kapittelet «Bruk av e-sigaretter som ungdomskultur» dykker de så godt det lar seg gjøre ned i dette ganske nye fenomenet som vi foreløpig ikke veit så mye om. Såpass lite at forskerne ikke helt veit om vi skal være bekymra eller ei. For er det egentlig så farlig? – og er det en trend som har kommet for å bli eller er det bare en forbigående hype?

Bruken har nesten dobla seg på få år (se faktaboks), og Oslo ligger i front. Men det må understrekes at majoriteten av ungdom i Norge – og sju av ti i Oslo (i 2023) – faktisk aldri har prøvd e-sigaretter.

Grunner til bekymring

Forskerne reflekterer rundt eventuelle grunner til at vi muligens skulle bekymre oss:

- Det er mulig at unges bruk av e-sigaretter kan innebære en større helse-risiko enn det som er kjent til nå
- Bruken av e-sigaretter kan bidra til en ny generasjon nikotinavhengige
- Bruken av e-sigaretter, som kan minne om røyking, vil kunne renormalisere tradisjonell røyking og dermed bidra til at flere vil begynne å røyke på lengre sikt
- Den generasjonen som vokser opp nå har i liten grad blitt eksponert for tobakkspreventive tiltak
- Ungdommene kan komme til å få i seg illegale og/eller helseskadelige produkter fordi de i stor grad får tak i produktene gjennom kjøp og salg blant jevnaldrende, gjennom sosiale medier og andre uregulerte forsyningskilder
- E-sigaretter kan benyttes som opptaksmetode for cannabis

På den andre sia ser det ut til at unge som bruker e-sigaretter har noen av de samme personlighetstrekkene som unge som røyker. De ville sannsynligvis røyka tradisjonelle sigaretter dersom ikke e-sigarettene fantes. Dermed blir e-sigarettene skadereduserende også for unge, som de opprinnelig var tenkt å være for røykere som ikke klarte å slutte.

Snus den viktigste kilden til nikotin

Det er mange unge som bruker e-sigaretter uten nikotin, men forskerne ser også at det er en sterk sammenheng mellom regelmessig vaping, bruk av andre tobakksprodukter og nikotinavhengighet. Ungdata-undersøkelsen fra 2022 viser at tre av fire unge som røyker daglig, også bruker snus og/eller e-sigaretter mot kun fem prosent av ungdommene som aldri har røykt som bruker e-sigaretter. Det er snus som er den vanligste kilden til nikotin og nikotinavhengighet blant ungdom. En av fire videregåendelever snuser daglig eller av og til.

FAKTA

- Funn fra Ungdata 2022 /2024
– ungdom 13-19 år:
2022: 17 prosent hadde prøvd e-sigaretter
2024: 30 prosent hadde prøvd
2022: 4 prosent hadde dampa av og til
2024: 11 prosent av og til
2022: 1 prosent dampa daglig
2024: 3 prosent daglig
- Mange ungdommer prøver eller bruker e-sigaretter i en avgrenset periode.
- Det er noe vanligere å eksperimentere med vaping enn med snusing og røyking i tenårene
- Daglig vaping er omtrent like utbredt hos begge kjønn
- Flere jenter enn gutter vaper av og til
- Ung i Oslo-undersøkelsen 2023 viste at 15 prosent hadde slutta å vape
- En av tre cannabisbrukere inntok stoffet ved å vape det
- Janne Scheffels er forsker ved Avdeling for rusmidler og tobakk, Folkehelseinstituttet
- Rikke Tokle er forsker ved Seksjon for ungdomsforskning, Velferdsforskningsinstituttet NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet

Kilde: «Bruk av e-sigaretter som ungdomskultur» fra boka i «De rike drikker mest, de fattige rammes hardest» (red. Willy Pedersen, 2025).

FOREBYGGING STARTER MED FELLESSKAP

Når barn og unge føler seg inkludert, reduseres risikoen for utenforskap, rusbruk og problematferd. Om lag 80 personer deltok da Sterk&Klar inviterte til fagdag for å lære mer om hvordan vi kan legge til rette for gode fellesskap i skolen, idretten og nærmiljøet.

AV INGVAR MIDTHUN

Hvordan skaper vi et samfunn der det er lett å ta rusfrie valg? Det er det overordnede målet for IOGT i Norge – og en rød tråd i Sterk&Klar-programmet. Foreldrene er de viktigste rusforebyggerne i barns liv, og trygge fellesskap rundt barn og unge er en av de viktigste beskyttelsesfaktorene vi har.

På årets Sterk&Klar-fagdag ble det tydelig: Fellesskap er ikke bare trivsel og samvær – det er folkehelse og rusforebygging i praksis.

Når fellesskap blir en beskyttelsesfaktor

Barn og unge som opplever at de hører til, har lavere risiko for både rusbruk, mobbing og psykiske vansker. Det handler om å ha en trygg plass i en gruppe – i klassen, i idrettslaget eller i vennegjengen. Dette er ikke nytt, men fagdagen ga innsikt i hvorfor dette er så viktig – og hvordan vi voksne kan bidra.

Barne- og ungdomspsykolog Kirsten Holtmon Resaland viste hvordan barn formes i samspill med andre – og hvordan voksne må være aktive støttepillere i barns sosiale liv. Vi kan ikke overlate fellesskapet til tilfeldighetene. Foreldre og lærere må tørre å sette ord på verdier, inkludere alle og gripe inn ved ekskludering – ikke vente og håpe det går over.

Dette er rusforebygging på sitt mest grunnleggende: Å sørge for at ingen faller utenfor.

Ikke alle fellesskap beskytter

Et viktig perspektiv kom fra psykolog Lena Renstrøm Mjåland, som snakket om skadelig innenforskap. Når ungdom må gi avkall på egne verdier for å være med i en gruppe, kan fellesskapet i seg selv bli en risikofaktor. Særlig i kommersialiserte russegrupper ser vi hvordan gruppepress og frykten for å bli ekskludert kan føre til usunne valg, inkludert rusbruk.

IOGT har i lang tid advart mot normaliseringen av rusbruk blant unge – og dette innlegget viste hvor viktig det er å jobbe med normer i ungdomsmiljøer og tilby reelle, trygge alternativer. Å bygge inkluderende tradisjoner rundt avgangsmarkeringen, slik Mysen vgs har gjort, er et konkret og virkningsfullt eksempel.

Idretten – en kraftfull, men ofte uforløst arena

Sterk&Klar Idrett er et nytt tilbud i Sterk&Klar, som tilbyr konkrete verktøy og opplæring til trenere og klubber som ønsker mer kunnskap for å forebygge rusbruk og utenforskap mer effektivt. Thanu Uthram, som er fagansvarlig for Sterk&Klar Idrett, løftet frem idrettslagene som en sentral sosial arena – og en nøkkel til å forebygge både rusbruk og utenforskap.

Thanu viste hvordan trenerrollen i dag handler om mer enn teknikk og kamplaner – det handler om å bygge



Sigrun Stenersen Espe og Thanu Uthram fra IOGT Sterk&Klar ledet konferansen.

relasjoner, fange opp signaler og skape trygge miljøer.

Trenere er viktige rollemodeller og voksenpersoner for mange ungdommer, og trenger støtte og bevissthet i sin rolle. De kan oppdage tegn på rusbruk eller utenforskap tidlig – og være en brobygger til videre hjelp. Samtidig understreket Thanu at forebygging i idretten ikke kan være et individuelt ansvar. Det må forankres i klubbens rutiner, kultur og verdier – og skje i samarbeid med foreldre og lokalsamfunn.

Gjennom Sterk&Klar Idrett ønsker IOGT å bidra til at idretten blir en enda tydeligere forebyggingsarena – med plass til alle, og med trygge rammer som gjør rusmidler mindre aktuelt.

Foreldre som forebyggere – i praksis

Sterk&Klar-programmet bygger på et enkelt, men kraftfullt prinsipp: Foreldre har større påvirkning enn de tror. Og fagdagen viste hvorfor det er så viktig at foreldre snakker sammen, setter felles grenser og bygger fellesskap rundt barna – ikke bare med egne barn.

Et fellesskap blant foreldre gjør det lettere å stå i upopulære avgjørelser – som å si nei til alkohol. Det gjør også at vi kan støtte hverandre når ungdom møter press. Når foreldre samarbeider, skaper vi et rusforebyggende miljø – ikke bare i hjemmet, men i hele nærmiljøet.

ETTER VALGET:

VIKTIGE KAMPER I NORSK ALKOHOLPOLITIKK

Arbeiderpartiet fortsetter i regjering, men med støttepartier som har ulike syn på rusfeltet. Denne perioden kan bli avgjørende for spørsmål om partysoner, reklameforbud og barnas trygghet.

Vi er skuffet over at Arbeiderpartiet har skapt uklarhet på noen områder i alkoholpolitikken, sa generalsekretær Hanne Cecilie Widnes i valgkampen

Skuffende

Arbeiderpartiets landsmøte vedtok i april at det bør åpnes for «partysoner» i parker, slik at kommunene kan vedta dette. I tillegg sa Jonas Gahr Støre i valgkampen at han var åpen for å se på justeringer av alkoholreklameforbudet, etter at Høyre tok opp temaet. IOGT er nå klare til å fortsette arbeidet for en fornuftig ruspolitikk på flere områder, i dialog med både regjeringen og alle de andre politiske partiene på Stortinget. – Det holder ikke å si at vi skal «prøve å hindre fyll i parken» når vi vet at både stordrikkere og de som drikker moderat påvirker det totale skadenivået i samfunnet, mener Cecilie Widnes.

Vi vet hva som virker

Alkoholpolitikk handler om et fellesskap og et samfunnsansvar der det legges vekt på totalforbruket, helseeffekter, forebyggingsarbeid og trygghet for både barn og voksne.

Flere partier har bidratt til denne alkoholpolitikken over lang tid, og derfor

kan vi i 2025 feire femtiårsjubileet for alkoholreklameforbudet.

–Folkehelseinstituttet anslår at 90.000 barn og unge i Norge er pårørende til voksne med alkoholproblemer. Vi mener disse barna og ungdommene trenger og fortjener en restriktiv, effektiv og omsorgsfull alkoholpolitikk, der trygghet og sosiale hensyn teller mer enn markedshensyn og et misforstått frihetsbegrep rundt partysoner og åpninger for alkoholreklame, mener Cecilie Widnes.

IOGTs Politiske krav i den nye stortingsperioden

IOGT løfter nå fram tre tydelige krav til regjeringen og Stortinget: Vi ber om at reklameforbudet for alkohol står fast, at forslag om såkalte partysoner legges bort, og at barns trygghet og folkehelse alltid prioriteres foran markedshensyn. Les mer om kravene våre på iogt.no/stortingsvalg2025.

Actis med krav til regjeringen

Rusfeltets samarbeidsorgan Actis er også klare på at regjeringen og Arbeiderpartiet må slike forslag til liberaliseringer i alkoholpolitikken i skuffen, og at det er faglige grunner til dette.

En mye omtalt rapport fra FHI som kom nylig, viste en stor økning i antall foreldre som langer alkohol til barna sine. Altså at de kjøper alkohol som poden får med på fest. Resultatet er at de unge drikker både det de får med fra mor og far i tillegg til annet de får tak i. Det er ikke en bra utvikling.

Drikker mer

11 prosent av guttene og 16 prosent av jentene oppgir nå at de har vært «tydelig beruset» siste måned. De som har økt forbruket sitt mest er unge jenter. De

ligger nå foran guttene både når det kommer til antall drikkeepisoder og antall ganger de har drukket seg fulle.

Ulykker og skader

Konsekvensene av dette vises tydelig. Andelen som oppga at de hadde opplevd ulike negative konsekvenser som følge av sin alkoholbruk økte mellom 2019 og 2024.

- Én av fem unge oppgir at de har vært utsatt for ulykke eller skade i forbindelse med alkoholbruk, 14 prosent har vært i slåsskamp, og 17 prosent har vært så fulle at de hadde befunnet seg på et sted uten å huske hvordan de kom seg dit.
- Hele 14 prosent oppga at de hadde opplevd uønskede seksuelle hendelser i forbindelse med at de hadde drukket.
- Det er mye som tyder på at å begynne å drikke alkohol tidlig, øker sjansene for å bli avhengig av alkohol eller andre rusmidler senere i livet.
- Unge som begynner å drikke før de er 15 år, har fire ganger så høy sjanse for å bli alkoholavhengige enn de som begynner å drikke etter fylte 20 år.

Hold fast i den politikken vi vet virker

IOGT og Actis er helt samstemte i kravene på rusfeltet til regjeringen etter valget – hold fast i den ruspolitikken vi vet virker, og som anbefales av Verdens Helseorganisasjon, WHO.

–Det finnes nok erfaring og forskning på dette området, nå må dette følges opp av den praktiske politikken av regjeringen de kommende fire åra, mener Cecilie Widnes i IOGT.



– TIDSBEGRENSNING ER FORSTYRRENDE

Du skal få så lang tid i døgnbehandling du trenger, sier helseministeren og Helse Sør-Øst.

AV SIDSEL SKOTLAND, FRILANSJOURNALIST

Fine ord, mener ledere ved behandlingsinstitusjonene, men systemene gjør det stadig vanskeligere å forlenge oppholdstida til de som trenger det.

I forbindelse med anbudsprosessen til Helse Sør-Øst (HSØ) ble den øvre ramma for oppholdstid i døgnbehandling redusert fra 12 til ni måneder. Fra talerstolen i Stortinget 13. november i fjor beroliga helseministeren med at alle med ruslidelser likevel skal få så lang tid i døgnbehandling de trenger. Det er de faglige vurderingene som skal avgjøre, bedyret han.

– Det i det hele tatt å sette ei tidsramme på gruppenivå står helt i motsetning til faglige vurderinger. Vi mener fokuset på tidsbegrensning i seg sjøl er forstyrrende for hele forståelsen av rusbehandling, sier fagleder ved Tyrili, Hanne Lorimer Aamodt.

Lettere sagt enn gjort

HSØ godtar forlengelse utover de 12 månedene som den øvre ramma er nå, men flere forteller at dette ikke har vært veldig populært. Vil HSØ nå, etter de tydelige signalene fra helseministeren, gjøre det lettere for pasientene å få forlengelse, lurer vi på. Vi legger til grunn at det er pasientens behov som

skal legge føringer for behandlinga, svarer avdelingsdirektør ved Psykisk helsevern og rusbehandling i HSØ, Cecilie Skule.

– Alle er forskjellige – og alle må få gode forløp. Er det sann at noen trenger mer tid, får de det. Det bygger alltid på faglige vurderinger.

Dette er lettere sagt enn gjort, forstår vi etter en ringerunde til noen som har skoen på, for rammeverket gjør det stadig vanskeligere å forlenge behandlingsforløpet, sier faglederen ved Tyrili. Før HSØ-anskaffelsen i 2012 hadde Tyrili ei øvre ramma på 12 måneder behandlingstid. Siden da har de hatt makstid på ni måneder – med samme

type behandling og samme gruppe beboere. De forlenger behandlingstida til en del av pasientene i samarbeid med vurderingsenheter og henvisere, men det generelle søkelyset på gjennomstrømming og tall er stort. Både beboere og ansatte opplever dette som stressende.

Ved Phoenix Haga frykter de dette stresset. Der har de i dag ei øvre ramma på 12 måneder, men også her forlenger de oppholdstida til en del beboere – opptil 15 måneder for enkelte. HSØ har utfordra dem på det, og det har blitt problematisert på de årlige samarbeidsmøtene, forteller daglig leder Terje Turøy. Med den nye avtalen blir den øvre ramma ni måneder.

Ulike krav

Aamodt er svært kritisk til at HSØ deler opp døgninstitusjoner for opphold i 3, 6 og 9 måneder, for det er umulig å vite hvor lang tid en rusavhengig trenger i behandling. Institusjonene blir rigga for de tilmålte månedene – de planlegger etter det, men hva skjer hvis en som er på et behandlingssted hvor øvre ramma er tre måneder, og det viser seg at hen trenger ni? Skal hen da flytte til et annet behandlingssted? spør hun.

Hun forstår ikke hvorfor HSØ er så opptatt av tidsbegrensning. De ulike helseregionene gjør nemlig dette forskjellig. Assisterende fagdirektør med spesialisering innen TSB og psykisk helsevern i Helse Vest Lars Øhlckers kan bekrefte at de i Helse Vest har valgt ikke å definere varighet for døgnopphold i TSB.

Tidsangivelser skal tolkes som norm

På spørsmål om hvorfor HSØ har tidsrammer for behandlingsforløpene når de så sterkt understreker viktigheten av individuell tilpasset behandling, svarer Skule at «det i en anskaffelsesprosess er nødvendig å beskrive hva slags type tjenester som legges ut på anbud. Derfor spesifiserer vi tjenestene nærmere».

Hun sier videre at tidsangivelser ikke har vært brukt som maksimal behandlingstid for enkeltpasienter, men som en norm eller forventning om behandlingstid for de fleste pasientene. De har etterhvert lagt stadig større vekt på individuelle vurderinger av blant

*– Alle er forskjellige
– og alle må få
gode forløp.*

annet behandlingsslengde og forventer at den vil variere betydelig pasienter i mellom.

Ventelisteløftet – et hinder for god behandling

Men det er flere snubletråder i systemet som gjør individuell tilpassa behandling vanskelig, ifølge Turøy og Aamodt. De er særlig bekymra for konsekvensene av at HSØ nå har stramma inn beleggsprosenten fra 95 til 100, som betyr at plassene må være fylt hvert eneste døgn. Tomme «senger» får de ikke betalt for. Allerede kravet om 95 prosent var i tøffeste laget. For mye kan skje med en rusmiddelavhengig både før en innleggelse og underveis i oppholdet. Søkerne møter ikke alltid opp til behandling til avtalt dato, eller de drar uten varsel – plassene er det ikke mulig å fylle umiddelbart. De ansatte kan dessuten ikke lenger bruke tid på å jobbe tilbake folk som drar på impuls, og dermed får kanskje ikke de aller dårligste beboerne så lang tid i behandling de kunne trenge, sier Aamodt.

Risikoen blir altså ensidig lagt på behandlingsinstitusjonen, noe som innebærer at de må drive med overbelegg – altså ha flere beboere i behandling enn de egentlig har kapasitet til.

Helse Vest har fortsatt 95 prosent som krav.

Helseministerens ventelisteløfte blir det også mye stress rundt, påpeker Aamodt. Kravet om kortere ventetid skaper press på å få folk inn i behandling, og dermed et press på å få folk ut av behandling.

– Det er en veldig stor fare for at vi nå skaper et rusbehandlingsregime som ikke hjelper de dårligste – de som har mest fravær og trenger mye tid. Vestre snakker ene og alene om at folk ikke må vente for lenge på plass, men ingenting om de som kan bli pressa ut – og som derfor antakelig snart må inn igjen, sier hun.

Bør satse på ettervern som allerede finnes

Cecilie Skule understreker at behandlingsforløpene ikke skal bli kortere, det er bare oppholdet i døgnbehandling som kan bli kortere.

– Vi er opptatt av hele behandlingsforløpet ikke bare oppholdet på døgninstitusjon.

Det er viktig hva som skjer i etterkant. Vi må utvikle løsninger der behandlingsforløpene skal henge bedre sammen, og vi satser mer på ambulante team og ettervern. Vi har fått i oppdrag å utvikle integrert ettervern for pasienter med rusproblemer – det er viktig for å sørge for god samhandling både før, under og etter døgnbehandling.

Aamodt er enig i at ei styrking av overgangen mellom døgnbehandling og tiltak i kommunen er bra, men det hjelper ikke dersom du ikke er klar for den overgangen, eller om kommunene ikke har noe godt tilbud til deg, påpeker hun.

Turøy forteller at de ved Phoenix Haga har integrert ettervern etter 12 måneder i døgnbehandling. Det består i skole eller jobb, fritidsaktivitet, rusfritt nettverk og oppfølging individuelt og i gruppe. Det varer i 12 måneder – seks måneder i ettervernsbolig og seks måneder i egen leid bolig. Men HSØ er ikke interessert.

– Både Helse- og omsorgsdepartementet gjennom rusreformen, og HSØ er opptatt at integrert ettervern, men vil ikke betale for det hos de av oss som allerede har gode og vellykka opplegg som er utvikla gjennom flere tiår. Tid i behandling har en helt klar sammenheng med hvordan du klarer deg etterpå, og vi ser at det går mye bedre for de som velger ettervern.

>>

- VI MÅ HA TILSTREKKELIG ANTALL DØGNPLASSER



Statssekretær Ellen Rønning Arnesen forventer at Helse Sør-Øst legger til grunn vurderinger som sikrer gode TSB-tilbud til pasientene, i tråd med de politiske føringer som er gitt.

Vi ba Helse- og omsorgsdepartementet om et intervju for å høre hva de der mener om misforholdet mellom de gode intensjonene om «individuell tilpasning» og «faglige vurderinger» og de systemene som stadig i større grad hindrer disse intensjonene.

Vi fikk ikke noe intervju, og dermed ingen mulighet til oppfølgingsspørsmål, men statssekretær Ellen Rønning Arnesen skriver dette i en e-post:

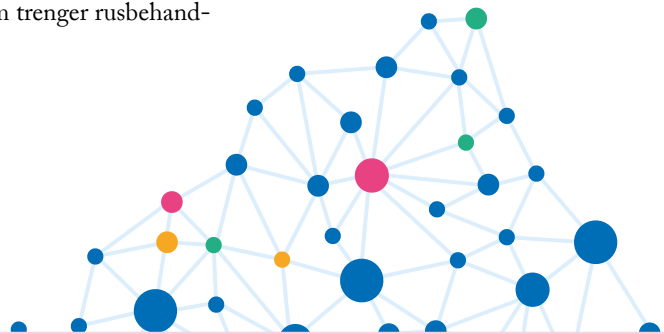
Temaet i artikkelen er helt sentralt i mandatet for det offentlige utvalget som snart skal oppnevnes. Det at regjeringen velger å oppnevne et offentlig utvalg om disse temaene, viser nettopp at vi anerkjenner at denne tematikken er utfordrende, og at det er behov for tydelige rammer som både helseforetak og private kan forholde seg til.

Helseministeren har vært veldig tydelig på at pasienter som trenger rusbehandling skal få hjelp av høy kvalitet så lenge de trenger det. I det ligger det en selvsagt anerkjennelse av at det er pasientens behov for hjelp, støtte og tilfriskning som skal styre, noe også de som uttaler seg i saken er tydelige på.

Vi forventer at Helse Sør-Øst legger til grunn vurderinger som sikrer gode TSB-tilbud til pasientene, i tråd med de politiske føringer som er gitt. Vi skal sørge for at alle som trenger rusbehandling får det.

Et godt tilbud handler om en helhet. Vi må ha tilstrekkelig antall døgnplasser, der lengden på oppholdet avgjøres i møte mellom behandler og pasient. Det skal være tilgjengelighet og kvalitet i behandlingen enten det er døgn, poliklinikk eller brukerstyrte plasser. Det viktigste er at behandlingen hjelper, at ventetiden er kort og at folk får oppfølging også etter døgnbehandling.

Det jobbes også med å lage en god innretning på et integrert ettervern, og vi er helt tydelige på at tjenestene må bli bedre til å involvere pasientene i vurderingene av om hjelpen som gis faktisk hjelper gjennom gode systemer for tilbagemelding.



GÅRDSALG, VINMONOPOL OG EØS – hvor går grensen?

Kan norske småprodusenter få selge vin og øl direkte til kundene, uten å true Vinmonopolets enerett? En ny utredning bestilt av Helse- og omsorgsdepartementet forsøker å finne svaret.

AV JAN TORE EVENSEN



Utrede handlingsrom

Stortinget ba i desember 2024 regjeringen om å utrede handlingsrommet for å åpne opp flere salgskanaler for alkohol, inkludert gårds- og bryggeri-utsalg samt justeringer av taxfree-ordningen. Premisset var at Vinmonopolet skal bestå i sin nåværende form.

Oppdraget gikk til advokatfirmaet Lund & Co, som i september 2025 leverte en omfattende rapport: EØS-rettslig handlingsrom for salg av alkoholholdige drikker utenom Vinmonopolet. Rapporten trekker linjer til utviklingen i Finland og Sverige, der gårdsalg allerede er åpnet i ulik form, og stiller spørsmålet: Hva tåler egentlig EØS-retten – og hva tåler norsk alkoholpolitikk?

Et krevende EØS-puslespill

Hovedproblemet er forskjellsbehandling. Dersom norske produsenter får en salgskanal som utenlandske produsenter ikke har, kan det stride mot EØS-avtalens regler om fri vareflyt. EU-domstolen har tidligere vært skeptisk til slike ordninger, men har samtidig gitt medlemslandene visst spillerom dersom de kan vise til legitime folkehelsehensyn.

Rapporten konkluderer med at en ordning med gårdsalg vil være en restriksjon på fri vareflyt etter EØS artikkel 11. Men: Den kan likevel forsvares etter artikkel 13, dersom den er tydelig begrunnet i folkehelsen, er proporsjonal, og ikke utgjør en «skjult handelshindring»

Finland og Sverige – ulike veivalg

Finland har i flere tiår hatt unntak for småskala gårdsvin, og i 2018 ble regelverket ytterligere liberalisert med salg av håndverksøl opptil 12 %. Ordningen er begrenset i volum, men åpner likevel for en viss konkurranse med Alko, det finske vinmonopolet.

Sverige fulgte etter i 2025. Den nye ordningen der åpner for småskalaprodsenter å selge egne produkter til kunder som deltar på guidede omvisninger eller smaksarrangement. Også her er rammene strenge: mengdebegrensninger, krav til pedagogisk innhold og tidsbegrenset prøveperiode.

>>

DYBDAHL
BETONG- & RIVESERVICE AS


tannhelsehuset
haraldsgaten as

H3O
GRAFISK


IOGT
Barnehagen
BLADROVINGSGATE 40 0631 HAUGESUND
TILF. 62 72 10 44 MAIL: iogtbar@iogtbarneha.no
www.iogtbarneha.no



Felles for begge landene er at gårds-
salget framstilles som kultur- og turis-
mesatsing, ikke som en ny salgskanal
i konkurranse med monopolet. Vår
svenske søsterorganisasjon IOGT-NTO
var sterkt kritiske og jobbet aktivt mot
endringen i politikken.

Norsk alkoholpolitikk under press

Den norske alkoholpolitikken bygger
på en helhetlig strategi: høye avgifter,
reklameforbud, Vinmonopolets enerett
og strenge salgs- og skjenkereglene, selv
om disse har blitt stadig mer liberale.
Alt peker mot målet om å redusere total-
konsumet og dermed skadevirkningene
av alkohol

Rapporten understreker at konsis-
tens er nøkkelen: åpnes det for gårdssalg,
må det innføres strenge begrensninger.
Hvis ikke, kan hele systemets legitimitet
undergraves – også overfor EØS-dom-
stolene. For eksempel kan ESA (EFTAs
overvåkingsorgan) stille spørsmål ved
om reklameforbudet eller Vinmonopo-
lets enerett fortsatt er nødvendige virke-
midler dersom Norge samtidig liberali-
serer på andre områder.

Hva slags ordning kan forsvares?

Juristene bak rapporten anbefaler at en
eventuell gårdssalgssordning rammes
stramt inn:

- Kun salg i tilknytning til produksjons-
stedet.
- Volumbegrensninger per produsent og
per kunde.
- Krav til egenproduksjon og råvarer.
- Tydelig skille fra Vinmonopolets rolle.

Poenget er å sikre at tilgjengeligheten
ikke øker vesentlig, og at totalkonsumet
i befolkningen ikke stiger. Bare da kan
Norge argumentere for at ordningen
fortsett er en del av en restriktiv og
konsistent alkoholpolitikk.

IOGTs perspektiv

For IOGT er det avgjørende at folke-
helse kommer først. Vi er engstelige
for at små åpninger i regelverket raskt
kan bli større. Det som starter som en
«turismeordning» kan over tid utvide
tilgjengeligheten og øke presset på
Vinmonopolets stilling.

Rapporten peker selv på denne faren:
En begrenset ordning alene røk-
neppe ved helheten, men i kombinasjon
med andre liberaliseringer – som økte
taxfree-kvoter eller svekkede reklame-
forbud – kan konsistensen i politikken
falle bort.

Ingen blankofullmakt

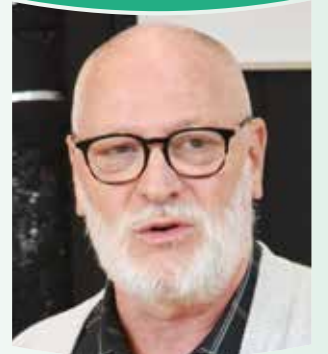
Rapporten gir ingen blankofullmakt til
gårdssalg, men åpner en dør på gløtt.
EØS-retten gir et visst handlingsrom,
men bare dersom ordningen er smal,
strengt regulert og tydelig forankret i
folkehelsehensyn.

Det betyr at politikerne nå står ved et
veivalg: Skal de bruke dette handlings-
rommet, med risiko for å uthule Vinmo-
nopolets legitimitet? Eller skal de stå fast
ved dagens modell, som i flere tiår har
bidratt til lavere alkoholkonsum og færre
skader?

For oss i IOGT er svaret klart: enhver
endring må vurderes opp mot målet om
å redusere skadevirkningene av alkohol –
ikke opp mot ønsket om «lokal turisme»
eller nye markedskanaler. I tillegg til
faren for at polet forsvinner er det også
en utfordring at man får flere private
næringsinteresser inn i salg av alkohol.
Det har vært en viktig del av norsk poli-
tikk å begrense antallet som har økono-
misk interesse av et økt alkoholsalg.

*Allerede på landsmøtet i 2013 ble det
fremmet forslag om forenkling i IOGT.*

**IOGT-
LEDEREN**



Ørnulf Thorbjørnsen

Leder i IOGT Norge

Enklere organisasjon og styrket demokrati

Organisasjonen var for komplisert med for mange ledd.
Regionene var for store og demokratiet for krevende.
Etter den tid har medlemmene blitt fler, men avde-
lingene færre. På landsmøtet i 2023 fikk sentralstyret i
oppdrag å komme med forslag til fornying av organisa-
sjonen.

Høsten 2023 inviterte sentralstyret til idedugnad som
ble fulgt opp i en medlemsundersøkelse og i fremtids-
konferansen på Åsane i juni 2024, samt i møter med
regionlederne.

Medlemmene var tydelig på at de ønsket en organisasjon
med færre ledd, enklere demokrati og økt aktivitet. Siden
de fleste medlemmene i IOGT ikke er med i en avdeling,
må det legges til rette for å trekke disse med i arbeidet.

Landsmøtet i juni i år besluttet derfor noen endringer
i IOGT som har som formål å forenkle organisasjonen,
styrke demokratiet og skape økt aktivitet. Vedtaket inne-
bærer at regionleddet legges ned og at det opprettes
fylkeslag som vil fungere slik områdene har gjort. Alle
medlemmer i et fylke vil være tilknyttet et fylkeslag og
ha de samme rettigheter som de hadde i områdene.
Avdelingene skal fungere som i dag.

Agder, Vestfold, Buskerud; Østfold, Oslo og Akershus og
Innlandet kan omgjøres til fylkeslag mens andre områder
må ta stilling til om de vil fortsettes som avdelinger eller
overføre virksomheten til fylkeslaget.

For å styrke og støtte fylkeslagene opprettes det to stil-
linger nasjonalt som skal ha ansvar for organisasjons-
utvikling og aktivitet i fylkeslagene.

Etter hvert som vi får fylkeslagene i sving skal vi etablere
store og små felleskap som kan delta i felles aktiviteter
lokalt, i fylkeslaget og nasjonalt.

Skal denne endringen bli en suksess er opp til oss alle.
Det er et håp at mange vil engasjere seg i fylkeslagene
og med støtte fra lokallagene og IOGT nasjonalt skal vi
starte noe nytt.

Vi har en ambisiøs arbeidsplan for de neste årene og vi
trenger ditt engasjement og din deltakelse for å realisere
visjonene våre.



WHO vil ha kreftadvarsel på alkohol



FOTO: WHO

Verdens helseorganisasjon (WHO) utfordrer alkoholbransjen i Europa ved å kreve påbudte og synlige advarselsetiketter på alkohol – tilsvarende de som finnes på sigarettpakker – for å informere om kreftfare. I rapporten *“Alcohol health warning labels: a public health perspective for Europe”* understrekes at etiketter med klar informasjon er en rimelig og effektiv måte å øke folks bevissthet om farene på.

Få kjenner til faren

Hvert år dør omkring 800 000 mennesker i WHOregionen Europa som følge av alkoholrelatert kreft. Likevel viser en studie at kun 15 % kjenner til sammenhengen mellom alkohol og brystkreft, og 39 % vet at alkohol kan føre til tykktarmskreft. Til tross for dette, har bare tre av landene i EU per i dag slike kreftadvarsler på alkohol – Frankrike, Litauen og Tyskland.

Irland går foran som første EUland: der trer påbud om kreft- og leveradvarsler på alkohol i kraft i mai 2026. Samtidig kjemper alkoholindustrien hardt mot slike tiltak. Bransjeorganisasjoner argumenterer med at universelle advarsler kan skape unødig engstelse, være udekkende i forhold til risiko, og svekke tilliten til helseinformasjon.

Støtte fra helseeksperter

Kreftadvarsler har støtte fra både helseeksperter og pasientorganisasjoner. Organisasjoner som Cancer Research UK og World Cancer Research Fund understreker at alkohol er årsak til minst syv typer kreft – blant annet bryst og tarmkreft – og at tydelig merking kan bidra til bedre informerte valg og redusert alkoholforbruk.

WHO beskriver slike merknader som en «hjørnestein» i retten til helseinformasjon og mener de gir forbrukerne makt. Samtidig advares det mot den voksende kritikken fra bransjen som kjemper for å beholde et bilde av alkohol som sosialt akseptabelt og minimalt skadelig.



KILDE

«Big Beer» satser på økt alkoholkonsum – folkehelse trues globalt



KILDE

En ny rapport fra Movendi International avdekker hvordan store ølprodusenter som AB InBev og Heineken aktivt intensiverer sin innsats for å øke alkoholforbruket – til tross for etablerte folkehelsefarer. Særlig målrettet er satsingen mot markeder med svake reguleringer, for eksempel Brasil, Kina og andre land med høy alkoholbelastning.

Strategier drevet av volum, ikke helse

Ifølge Reuters, sliter AB InBev med avtagende salgsvolum – blant annet i Brasil og Kina. Dette har ført til et kraftig aksjefall på 11,5 % på én dag, noe som selskapet karakteriserer som det sterkeste siden 2020. Selskaper som tidligere har

høy prisstrategi, beveger seg nå mot å stimulere forbruk ved å øke tilgjengelighet og tilstedeværelse i hjemmemarkedene.

Markedsføring og politisk påvirkning

Gjennom millioner av dollar i markedsføring og bruk av frontgrupper og bedrifts-CSR brukes manipulerende strategier for å svekke folkehelseiltak. AB InBev alene bruker over 7 milliarder USD årlig på markedsføring for å forme forbrukeradferd og påvirke politikk. Ifølge Movendi er dette del av en større strategi der «Big Alcohol» forvandler vitenskap og helsedebatt til forvirrende propaganda for å beskytte sine økonomiske interesser.

Banebrytende norsk studie

Nylig har norske forskere ved Sykehuset i Østfold gjennomført verdens første kliniske studie der MDMA-assistert psykoterapi brukes for å behandle depresjon – en milepæl innen psykisk helseforskning.

Hva handlet studien om?

Pilotstudien inkluderte 12 pasienter med moderat til alvorlig depresjon. Pasientene fikk to MDMA-behandlinger med én måned mellom hver, sammen med flere timer psykoterapi før og etter hver sesjon. To måneder etter siste behandling hadde 9 av 12 personer vist betydelig bedring. Studien viste at tiltaket var både gjennomførbart og trygt – ingen alvorlige eller uventede bivirkninger oppstod, og pasientene som responderte godt, hadde færre og mildere bivirkninger enn de som ikke forbedret seg.

Begrensninger og usikkerheter

Forskerne understreker at pilotstudier ofte overvurderer effekten, spesielt uten kontrollgruppe eller randomisering. Det manglet sammenligning med andre som ikke fikk MDMA, så det er uklart om forbedringen skyldes stoffet, terapien, forventninger eller naturlig bedring.

Betydning for framtidig behandling

Studien representerer et viktig steg videre for å utforske psykedelisk-assistert psykoterapi ved depresjon. Hvis resultatene bekreftes i større, mer robuste studier, kan dette føre til nye behandlingsmuligheter for pasienter der vanlig terapi eller medikamenter ikke har vært tilstrekkelig.



KILDE



Cannabisbruk kan doble risikoen for hjertedød – et alvorlig folkehelsevarsko

En ny internasjonal meta-analyse publisert i det anerkjente tidsskriftet *Heart* viser at cannabisbruk er forbundet med betydelige økte hjerte- og karsykdommer hos brukere. Resultatene stammer fra en systematisk gjennomgang av 24 observasjonsstudier fra perioden 2016–2023, med data fra omtrent 200 millioner personer i alderen 19–59 år.

Funnene:

- **100 % økt risiko** for å dø av hjerte- og karsykdommer
- **29 % økt risiko** for akutt koronarsyndrom (hjerteinfarkt-lignende tilstand)
- **20 % økt risiko** for hjerneslag

Studien understreker at mange av de som ble innlagt med hjerteproblemer, var unge personer uten kjente risikofaktorer som røyking eller tidligere hjertesykdom.

Viktige begrensninger

Forskerne påpeker at studiene har viktige begrensninger, spesielt når det gjelder presis måling av dosering og bruksformer, samt mulige skjevheter i datamaterialet. California er en av statene hvor cannabis er blitt legalisert. I en kommentar oppfordrer eksperter ved University of California, San Francisco til å inkludere hjertehelserisiko i reguleringer av cannabis. De anbefaler blant annet:

- Informasjon og advarsler på produkter
- Regulering av markedsføring og produktdesign
- En helsefokuset tilnærming, likt med tobakksforebygging

Funnene utfordrer en oppfatning som kommer opp i debatten hvor mange tror cannabis er ufarlig sammenlignet med alkohol. Disse funnene viser alvorlige helsekonsekvenser.



KILDE

KONTAKT IOGT:

Henvendelser vedrørende medlemskap, adresseendringer mv. sendes til adressen over, iogt@iogt.no eller på telefon til 23 21 45 80.



GI FLERE BARN EN ALKOHOLFRI JUL!

Møt andre frivillige – bli en del av fellesskapet!

Å være frivillig i Hvit jul handler ikke bare om å gjøre en innsats – det er også sosialt og hyggelig. Vi arrangerer treff og aktiviteter der du kan møte andre som bryr seg om saken. I år har vi ekstra fokus på å bygge et godt frivilligmiljø. Kanskje finner du nye venner å engasjere deg sammen med i IOGT resten av året også?



hvitjul.no/frivillig

ALLE KAN VÆRE MED PÅ HVIT JUL

Som medlem i IOGT kan du bidra til at flere barn får en trygg jul ved å bli Hvit jul-frivillig. Ingen bestemte krav til innsats – alle kan bidra på sin måte! Ta med venner som støtter budskapet, selv om de ikke er medlemmer i IOGT. Dette er en fin introduksjon til vårt arbeid.

Registrer deg på hvitjul.no/frivillig.



I Hvit jul-kampanjen inviterer vi voksne til å skrive under på at de vil velge alkoholfritt når de er sammen med barn i julehelgen.

Nesten 1 av 5 barn har opplevd at det har blitt «ekkelig» fordi de voksne drakk alkohol.

Vi jobber for å øke bevisstheten om at samvær med barn er alkoholfri sone

Kampanjen engasjerer frivillige over hele landet som sprer budskapet gjennom stands, sosiale medier, og samtaler.

*Barn trives best
med edru voksne*

vøpps
din gave til
Hvit jul #134903

