



Edru Livsstil



**Bli kjent med ● Idrett Uten Alkohol
Sammen ● BedreUten ● Landsmøte 2023
Lokallagsaktivitet ● Samarbeidspartnere**

Avholdenhet gir et bærekraftig samfunn

Begreper «bærekraft» blir mye brukt av både bedrifter, media og politikere. Vi har alle et samfunns ansvar, og det er derfor viktig å legge vekt på en kontinuerlig bærekraftig utvikling.



Jostein Solbakken
Leder DNT – Edru Livsstil

I regjeringens oppdaterte havstrategi “Blå muligheter” blir ordet bærekraft nevnt 95 ganger på 48 sider. Dette vitner om en erkjennelse av de store utfordringene vi står overfor, slik som blant annet plastforurensning, og et enormt tap av marine arter.

Men når de samme politikerne behandler sine ruspolitiske planer, så handler det ikke lenger om bærekraftig utvikling i form av å begrense utslippet av «giftstoffet» alkohol. Men debatten handler dessverre ofte om hvor mange flere kraner som kan åpnes.

Politikerne reagerer heller ikke når de får presentert at skadevirkningene av rus koster samfunnet mellom 80 – 100 milliarder i året. Og man kan heller ikke se noe synbart inntrykk på de

folkevalgte når Folkehelseinstituttet nøkternt tallfester at det er minimum 90.000 norske barn som lever med minst en forelder som misbruker alkohol. Da kan man trygt si uten å overdrive at det er liten vilje hos flertallet av de folkevalgte til å verne om de svake i samfunnet.

I vår sammenheng handler bærekraftig utvikling om å ta ansvarlige valg i retning av å bekjempe rusavhengighet og gi de rammede menneskene et verdig liv. Dette gjør vi gjennom å investere i tid og være forbilder.

Vår visjon gjennom rusforebyggende arbeid er å fremme god livskvalitet som gir et sunnere, tryggere og et mer meningsfylt liv. Vi ønsker å utvikle DNT Edru Livsstil på en måte som synliggjør denne visjonen og tilfører disse verdiene til lokalsamfunnene. Igjennom denne visjonen gir man de rammede i samfunnet både livshåp, grunnleggende rettigheter og mulighet for et bedre liv. En tydelig visjon som skaper bærekraftig vekst og varige verdier.

Men bærekraftig vekst handler ikke bare om å vokse raskt, men snarere om å vokse i en realistisk takt som kan opprettholdes i lengre tid. Vi har også sett mange eksempler på visjoner som har blitt til i lukkede rom, og deretter havnet i en skuff. Som organisasjon må vi forhindre

at vi kommer i den stilling at vi blir liggende i stabilt sideleie, men fremstå som en levende og dynamisk bevegelse.

Den viktigste jobben når «visjonen» er på plass; er å gjøre visjonen. Vår ambisjon er å kunne bidra til et mer bærekraftig samfunn, der skadevirkningene reduseres og livskvaliteten øker. Vi ønsker å utvikle vår organisasjon på en måte som synliggjør vår visjon, og samtidig tilfører verdier til lokalsamfunn og enkeltmennesker.

Totalavhold er organisasjonens DNA, og det å tukle med «arvestoff» kan til og med få en organisasjon til å endre seg og gå i oppløsning. Jeg tror det er svært viktig at en bevegelse som oss fortsatt våger å stå for avholdstanken. Vi må tørre å være annerledes og gå mot strømmen. Det vi står for i dag påvirker det som skjer i fremtiden.

Vår arbeidsplan er vårt bærekraftsmål, og resultatet av vårt engasjement vil gi fornybar livskvalitet og livskraft til mennesker i hele Norge. Vår ambisjon er å være med å bidra til å løse de store utfordringene Norge står overfor når det gjelder rusens skadevirkninger.

Varige verdier setter tydelige spor for de som kommer etter.

Medlemskontingent 2023

Vi minner om at årets medlemskontingent for 2023 ble sendt ut i februar. Vi takker hjertelig for at du betaler kontingenten snarlig, om du ikke allerede har gjort det, så slipper vi å bruke ressurser på å sende ut påminnelser.

Du kan også vipse din kontingent til vipsnr: 116433 - skriv navnet ditt i kommentarfeltet. Har du ikke mottatt kontingenten, så send kan du ringe eller oss en e-post til post@edru.no



Edru Livsstil

Organ for DNT – Edru Livsstil

Utgave
Nr. 2 2023

Dato
05.06.2023

Utgiver:
DNT – Edru Livsstil
Postadresse:
Postboks 140
5903 Isdalstø

Besøksadresse:
Kvassnesv. 58
5914 Isdalstø

E-post: post@edru.no
Tlf: 40 80 10 30

Ansvarlig redaktør
Marte Igelkjøn
E-post: marte.igelkjon@edru.no
Tlf: 40 80 10 30

Redaksjonssekretær
Hilde Rivera
E-post: hilde@edru.no
Tlf: 40 80 10 30

Grafisk utforming
Hilde Rivera
E-post: hilde@edru.no
Tlf: 40 80 10 30

Trykk
Trykkservice
E-post: post@trykkservice.no
Tlf: 56 35 22 50

Opplag: 100
Nettside
www.edru.no

Forsidefoto
Tatt på Søreide i Høyanger kommune. Fotograf: Adam Galal

ISSN 2535-4159 (trykt)
ISSN 2535-4329 (online)



Her er våre ansatte i DNT - Edru Livsstil

For kontakt:
post@edru.no
Tlf: 40 80 10 30



Marte K. Igelkjøn
Generalsekretær
marte.igelkjon@edru.no



Hilde Rivera
Kontorleder
hilde@edru.no



Lin-Merethe Waagenes
Prosjektleder for Eldre, alkohol og ensomhet
Prosjektleder for Alkoholpolitikk
lin-merethe@edru.no



Marte Mandelid
Prosjektleder for Idrett Uten Alkohol
marte@edru.no



Gina Bakke Bolstad
Prosjektmedarbeider IUA
Prosjektleder for Sammen
gina@edru.no



Astrid Dalsbø
Kommunikasjons- og mediekonsulent
astrid.dalsbo@edru.no



Åsmund Kleivenes
Kulturleder på Sobra scene
asmund@edru.no



INNHOOLD

4	Bli kjent med gen. sekretær	12	Program for landsmøtet
6	Idrett Uten Alkohol	16	Lokallagsaktivitet
8	Sammen	19	Samarbeidspartere
10	BedreUten	20	Abonnement på medlemsblad

Her er litt om meg, den nye generalsekretæren i DNT – Edru livsstil!



Nå har jeg vært i jobben som generalsekretær i hele 3 måneder og begynner så smått å komme inn i oppgavene i administrasjonen her på Knarvik.

Etter mange år i kommunal og offentlig sektor er overgangen stor til organisasjonslivet. Jeg har alltid hatt engasjement for forebygging og ønske om å hjelpe de svake i samfunnet. Spesielt har jeg vært opptatt av inkludering og skrev bachelor oppgave om hvordan fattigdom påvirker livskvaliteten til barn og fattige familier i Norge.

Jeg vil beskrive meg selv som en dedikert sosionom og en stolt mor til to flotte barn.

Yrkeserfaringen min kommer i stor grad fra kommunal sektor, der har jeg blant annet jobbet som rådgiver og ruskonsulent i NAV, konsulent i barnevernstjenesten og som SLT- og folkehelsekoordinator i kommunen (SLT- Samordning av Lokale kriminalitetsforebyggende tiltak). I tillegg har jeg arbeidet som sosionom på rusinstitusjon og på akutt psyko-seavdeling på Sandviken sykehus.

Arbeidet har mesteparten av tiden vært i kombinasjon med verv som hovedtillitsvalgt i FO (fellesforbundet for sosionomer, vernepleiere og barnevernspedagoger) og jeg var i en periode folkevalgt leder av soknerådet i Høyanger kommune. Erfaringene fra de ulike jobbene har gitt meg et bredt perspektiv og en inngående forståelse av utfordringene og meningen med å jobbe for en trygg og rusfri oppvekst. Jeg har et håp om at disse erfaringene kan bidra inni jobben med nyttig kompetanse innen rusforebygging på både individ- og systemnivå.

DNT – Edru livsstil

Generelt har det vært viktig for meg å skille jobb og privatliv, det har vært viktig å være et godt forbilde for barna og i samfunnet. Det å jobbe som sosionom i en liten kommune påvirker unektelig hvordan man forholder seg til alkoholbruk på fritiden. Kombinert med egne verdier og medmenneskelighet har det å gå på byen blitt mer eller mindre en fraværende del av mitt privatliv.

I jobber der jeg har møtt mennesker som av svært ulike grunner står i svært utfordrende livssituasjoner, har jeg sett ulike konsekvenser av både alkoholbruk, manglende ressurser, utfordrende oppvekstvilkår og hvordan rusmidler kan ha



Edru Livsstil

påvirket livssituasjonen på ulike måter gjennom generasjoner. Dette er ting som har påvirket på det personlige planet, som mennesker i andre typer jobber ikke alltid har hatt forståelse for eller innsikt i. Gjennom jobb får man navn og innsikt i de som har utfordringer med rus, og psykisk helse, man har samtaler med barna som blir mishandlet når «pappa eller mamma» kommer ruspåvirket hjem, man har oppfølging med ungdommen som ikke har lært om egen hygiene eller mangler ADL ferdigheter på grunn av manglende oppfølging hjemme. Det er så mange scenarier som møter deg ute på gaten på en liten plass når du kjenner baksiden av fasaden.

Dette har utvilsomt påvirket mine valg i hvordan man møter utfordringer i livet og mitt forhold til alkohol, det har på sitt vis sammen med mange små elementer ført til at jeg har tatt et valg om å være avholds og tenker at det er det beste valget for meg og mine barn. Jeg ønsker å være forutsigbar, å alltid kunne stille opp for å hente når noen vil hjem på kvelden, om noen er hos oss og foreldrene ikke kan hente de selv, jeg vet alltid at jeg er edru i mine valg og avgjørelser og jeg kan alltid kjøre til legevakten om barna mine eller andre rundt meg blir syke.

Håp for fremtiden og organisasjonen

Det er viktig for meg å bidra til mindre stigmatisering ifht det å være edru, det er mange situasjoner der folk ikke blir invitert til arrangement, med på fellesturer, på ulike arrangement på grunn av at de ikke drikker alkohol. Det er kjedelig å ikke bli inkludert eller regnet med fordi man ikke drikker, man kan ha det like gøy med å drikke cola eller eplemost en hel kveld, har faktisk selv ofte endt opp med å kjøre de andre hjem når festen er ferdig.

Det er også viktig å se på inkludering ifht alkoholfrie arenaer, det er mange som føler seg utrygg i nærheten av mennesker som er beruset, det er og enkelte religioner som har regler og forbud ifht å omgås mennesker som har inntatt eller nyter alkohol.

Kulturelt er det så selvfølgelig at vi skal drikke at det å ikke drikke gjør deg til en særing, dette er en kultur jeg ønsker å være med på å snu. Når noen spør «hvordan drikker du ikke?», kan jeg like godt spørre «hvordan drikker du?».

Det er mang ting som kan nevnes i mitt engasjement for mennesker og en trygg oppvekst for unge, men alt kan ikke sies i en artikkel!

Jeg håper at min kompetanse og engasjement kan være en ressurs for organisasjonen, og bidra til å skape en bedre fremtid for våre barn og unge, samt flere rusfrie arenaer og et tryggere og mer inkluderende samfunn.

Vi i administrasjonen har ønsket om å bidra til å nå de målsettingene som organisasjonen har og bidra til at organisasjonen kan fortsette å ha stigende medlemstall, kanskje vi i organisasjonen kan nå ut til flere målgrupper og fortsette å stå som et fyrtårn innen rusforebyggingsarbeidet.

Vil benytte anledningen til å fortelle at vi nylig har ansatt en ny medarbeider som skal jobbe med media og kommunikasjon i organisasjonen, Astrid Dalsbø. Hun vil komme med en presentasjon i det neste medlemsbladet til høsten.



BERGEN 3000 x Idrett Uten Alkohol

Av Bergen 3000

BERGEN 3000 er et lavterskel mosjonsløp som går rundt Store Lungegårdsvannet den 10. juni. Løpet arrangeres for andre gang etter en braksuksess i 2022. Første gjennomføring resulterte i 628 påmeldte og vi har i år ambisjoner om å kunne bikke 1000 deltakere! Banen er universelt utformet og passer for alle nivåer og aldre, enten man spurter, jogger, går eller ruller. Det er lagt opp til et par løp, et barneløp på 300 meter for de aller minste og en bærekraftsstafett for grupper og bedrifter. BERGEN 3000 vil ha underholdning for barna, grill, stand fra sponsorer og legger opp til at dette skal bli et lite sentrum for dagen hvor folk kan komme og gå som man måtte ønske.

Vi er veldig glade for at Idrett Uten Alkohol har valgt å støtte oss igjen! Vår visjon om å skape et inkluderende og lavterskel arrangement hvor alle kan føle trygghet og god helse kan forebygges, gjenspeiles godt i deres verdier.

Vi ønsker at idrettslaget vårt skal ha gode holdninger rundt alkohol og at idretten skal ha trygghet og inkludering i fokus.

Vi føler at Idrett uten alkohol sitt samarbeid med Bergen 3000, hvor vi fronter våre verdier, kan forebygge alkoholbruk i idretten og på offentlige plasser hvor helse og sosial trivsel skal være i fokus.

I år utvider vi avtalen vår og inviterer Sædalen IL sine ungdommer og trenere til et informativt foredrag om prestasjon i idretten og viktigheten rundt bevisstgjøring av alkoholens påvirkning.

Vi tror dette kan bidra til gode holdninger og økt motivasjon for våre medlemmer og er veldig glade for at IUA tar seg tid til dette.

Vi håper å se så mange som mulig i løypen rundt Bergens hjerte den 10. juni 2023!

Påmelding kan gjøres på bergen3000.no



www.idrettutenalkohol.no

BESØK VÅR NYE NETTSIDE!

www.idrettutenalkohol.no



IDRETT FOR ALLE

Gøyt, trygt og inkluderende. En alkoholfri sone.

Bli samarbeidspartner

Bli ambassadør

Idrett 
Uten Alkohol

Drikkepress fra presserens perspektiv

Prosjektleder for Sammen - Gina Bakke Bolstad

For meg er «fadderuke» og «studietid» ord som bringer frem gode tanker og morsomme historier å fortelle. Jeg hadde det utrolig gøy og dannet vennskap og minner for livet.

I 2010 hadde jeg akkurat flyttet til Bergen, og var klar for å begynne på en ny epoke i livet. Fadderuke var første program på planen, og jeg gledet meg så enormt. Russetiden var fortsatt fersk i minnet og jeg så frem til til en «ny russetid» med nye skolekamerater, i en ny by.

På den tiden handlet livet mitt mest om festing og alkohol. Alt av studielån ble brukt på husleie, kjoler og prosenter. Jeg husker godt da vi fikk den største utbetalingen fra Lånekassen i midten av august, og vi gikk med handlekurv på Vinmonopolet.

Selvtilliten min og selvbildet mitt var ikke på topp, men det var ikke et stort problem ettersom at jeg visste at alle aktivitetene i fadderuken, i hvert fall de jeg hadde tenkt til å være med på, innebar drikking.

Vi ble delt inn i grupper ut fra klasser og fordelt rundt på ulike vorspiel i sentrum. Jeg hadde sommerfugler i magen, og var både giret og nervøs.

Det hendte ofte at jeg tok meg et par øl hjemme før jeg gikk på vorspiel, bare for å roe nervene.

Den første timen i et rom fullt av ukjente mennesker var intens. Du vil gi et godt inntrykk, du vil være sosial og pratsom, uten å ta for mye plass. Du vil bidra til god stemning og vil helst at alle skal like deg. For meg opplevdes alkohol som nødvendig for å klare dette.

Utover kvelden ble humøret lettere, samtalen friere og stemningen økte i takt med musikken. Det var ofte da det ble merkbart hvem som valgte å være edru. Jeg stod midt på dansegulvet med øl i ene hånden og shotteglasset i den andre og så meg rundt i rommet. Der satt det en stakkars sjel i sofaen, helt alene.

«Så rart å velge å sitte der å kjede seg, edru og gå glipp av alt» var den første tanken som slo meg. Etterfulgt av «stakkar menneske. Her må jeg inn å hjelpe til og sørge for at de kan ha det like gøy som meg». Jeg tok med meg en flaske alkohol og et par ekstra glass og parkerte meg ved siden av, med intensjonen om å inkludere vedkommende i moroa. Jeg hadde utelukkende gode intensjoner og

gjorde mitt beste for å være hyggelig. Det var samme for meg hvilken grunn de hadde til å være edru, det var uansett ikke godt nok. Sett bort fra om du var gravid, religiøs eller gikk på medisiner som var farlige å blande med alkohol. Dette var gyldige grunner og jeg kunne akseptere dem og la det ligge. Det ble mitt prosjekt å overbevise alle andre, og jeg gjorde det til min oppgave å få dem med på festen.

Det er ikke før i de seinere årene at jeg har innsett hvor ekstremt ubehagelig dette må ha vært for menneskene jeg presset meg innpå. Det var så innprentet i meg og mitt miljø at alkohol og sammenkomster hører sammen og det var helt uforståelig for meg at det ikke var slik for andre. Jeg praktiserte et enormt drikkepress, både som fadderbarn og fadder og ellers i studietiden min. Det syns jeg er utrolig trist å tenke på.

Nå er jeg en av de som får kjenne på drikkepresset fra den andre siden. Jeg tenker tilbake på de menneskene jeg har forsøkt å overbevise om å drikke og hvor ubehagelig og mulig skadelig det kan ha vært.



Det å møte opp på fest kan være nervepirrende for mange, men for meg oppleves det som at dørstokkmila blir enda lenger når en har bestemt seg på forhånd for å «skille seg ut» ved å være edru. Og når en har tatt dette valget, som kan være vanskelig nok å ta i seg selv, så burde en slippe å bruke kvelden på å bli kryssforhørt og måtte forsvare det. Vi skal ikke måtte kjøpe alkoholfri vin for å late som at vi drikker for å være i fred. Eller lyge om at vi går på medisiner, eller dikte opp andre gyldige grunner til å være edru, slik at vi også kan ha det hyggelig. Dette hadde vært mye lettere om samtalen rundt alkoholinntak kunne stoppet opp etter «nei, takk».

Sannheten er at vi vet ingenting om livet til andre mennesker, bare det de velger å dele. Alle bærer på ulik bagasje og vi har nødt til å bli flinkere til å huske på det.

Ola på 18 år velger å være edru fordi han vokste opp med en mor som var alkoholiker, men sier det er fordi han skal på jobb i morgen tidlig.

Kari på 20 år har valgt å være edru fordi hun ikke har kontroll på alkoholinntaket sitt og har ofte endt opp på legevakten, men sier det er fordi hun går på antibiotika.

Per på 25 år syns ikke alkohol smaker godt, men sier han er edru fordi han måtte kjøre til festen.

Fest og sosiale sammenkomster bør ha som mål å være hyggelig for alle, edru eller full. Det er trist at vi lever i en kultur der vi må forsvare hvorfor vi velger å være edru, istedenfor å spørre hvorfor vi velger å drikke.

Jeg skulle ønske jeg kunne tatt en prat med unge Gina og hjelpe henne innse at hun drev med potensielt skadelig drikkepress. At hennes syn på moro

og samhold ikke stemmer for alle. Minne henne på at alle mennesker tar ulike valg, av ulike grunner, og at dette skal respekteres, uten å måtte forsvares.

En ting er sikkert. Gina på 18 år hadde syntes synd på Gina på 30 år, som velger å være edru på fest, eller aller helst sitter hjemme i sofaen med et glass Pepsi Max en fredags kveld. Sannheten er imidlertid at jeg er lykkeligere nå, fordi jeg tar de valgene som er riktig for meg, uavhengig av hva andre mener.

Vær grei mot deg selv og ta valg du står inne for.

Vær grei mot andre, ved å godta at vi er alle ulike.

Det viktigste er å leve livet på den måten som gjør deg lykkelig, uten at du trækker på andre langs vegen.

(Brasilius til venstre og Fizz Fuzz til høyre)

Les lignende artikler på www.bedreuten.no



BedreUten tester: Torggata Botaniske, en grønn oase

Torggata Botaniske har lenge vært i kikkerten vår, rett og slett på grunn av ryktet om en god alkoholfri meny og en unik atmosfære. BedreUten måtte derfor ta turen innom.

Av: BedreUten

Et lite steinkast unna Youngstorget finner du en intim, grønn oase midt i den hektiske storbyen. Idet du går inn i Torggata Botaniske trer du inn i et frodig lokale, med yrende planteliv og stilig interiør. Stemningen er lun og koselig. Bak disken møter vi bartenderen, Malwina, som tar oss imot med et stort smil.

Torggata Botaniske er kjent for noen av byens beste drinker, inspirert av klassiske cocktails med en helt egen botanisk vri. Alt blir laget med ferske ingredienser og botaniske elementer, satt sammen for å gi den beste smaksopplevelsen. Her har de tenkt på alt – balanse i smak, lukt og ikke minst presentasjonen.

- En drink skal både lukte og smake godt, i tillegg til å se innbydende ut. Den skal rett og slett appellere til alle sansene for å være en skikkelig god drink. Vår daglige leder legger inn en enorm innsats for å skape den perfekte menyen. Den er alltid gjennomtenkt og helhetlig, forteller bartenderen begeistret.

Dette gjelder selvfølgelig også den alkoholfrie delen av menyen. Torggata Botaniske er kjent for farlig gode mocktails, og på sesongens meny finner vi fire ulike typer.

- De smaker veldig friskt og ser skikkelig innbydende ut. Det er jo viktig at mocktailene på lik linje med cocktails appellerer til flere sanser.

Vi smakte like greit på alle fire når vi først var i gang, og kan bekrefte at mocktailene alene er verdt turen.

Basilium, er en basilikumbasert mocktail som ifølge Malwina er bestselgeren på menyen. En drink med deilig duft av fersk basilikum og en herlig, frisk grønnfarge – en myk, lett og delikat drink.

Vi holder oss i det grønne hjørnet med Fizz Fuzz, som med en perfekt balanse mellom tropisk, syrlig og leskende er uten tvil en av BedreUten sine favoritter!

Det lukter deilig jordbær av neste drink, Rhuberry. Ingredienser som rabarbra, sitron og jordbærkombucha fra eksepsjonelle Empress gjør denne til en selvfølgelig en hit. Vi blir fortalt at denne skal ha et snev av lakrissmak, uten at noen i gruppe klarer å fange opp dette. Uansett en deilig drink, perfekt i sommervarmen.

Pyntet med kokosflak, fersk kaffirlime og roseblad er Citronella kanskje den mest fancy mocktailen vi får servert? Basert på ingredienser som sitrongress, lime, roselimonade med kokos- og litchiskum får du en drink med deilige tropiske assosiasjoner. Aromatisk, frisk og floral – anbefales på det sterkeste!

Torggata Botaniske er det vanskelig å se forskjellen på en cocktail og en mocktail, noe som i stor grad bidrar til å hviske ut skillet mellom de som drikker og ikke.



- Det er vanskelig å se forskjellen på drinkene med og uten alkohol, og det er kanskje fint. Da slipper man spørsmålet om hvorfor man ikke drikker, eller man trenger ikke å føle seg utenfor slik man kanskje gjør med vann eller brus. Man kjøper seg ofte en drink fordi det er ekstra festlig, og det samme skal gjelde for mocktails. De skal være spennende og innbydende, for å gi den gode stemningen en drink med alkohol gir, forteller hun ivrig.

De siste årene har det vært en økende etterspørsel etter alkoholfri drikke, spesielt blant unge. Alkoholfritt har definitivt blitt mer populært enn tidligere, noe som har gitt mer

spillerom for de som ønsker å delta sosialt, men ikke ønsker å konsumere alkohol.

- Det er inkluderende med gode alkoholfrie tilbud på menyen. Det gir mer rom for alle å bli med, uavhengig av om man kan eller ønsker å drikke. I tillegg er det alltid lurt med et avbrekk fra å drikke alkohol hele kvelden. Vann kan fort smake kjedelig, og da er jo en mocktail helt perfekt. I tillegg er det mye mer økonomisk med mocktails, sier hun entusiastisk.

På Torggata Botaniske sin meny finner du totalt 10 ulike alkoholfrie drikkevarianter, alt fra øl, kombucha til fargerike mocktails. Prisene strekker seg fra 40 til 90 kroner.

- Det bestilles en del alkoholfritt, men det er faktisk ikke så mange som forventer at vi har et såpass godt utvalg. De fleste blir skikkelig positivt overrasket!

Mens deilig musikk strømmer ut av høyttalerne, tar oasen stadig imot nye besøkende som ønsker å slukke tørsten. Vårt besøk er over for denne gang, men vi kommer garantert tilbake.



Program for landsmøtet 2023

Quality Airport Hotel Værnes i Stjørdal

Fredag, 23. juni

- 14.00 Registrering i foajeen
- 16.00 Enkel bevertning
- 18.00 Åpning av landsmøtet ved leder Jostein Solbakken
 - Tale av varaordfører
 - Landsmøtekomiteens leder Are Husby
 - Konstituering av landsmøtet
- 19.00 Avslutning forhandlinger
- 20.00 Middag i restauranten

Lørdag, 24. juni

- 08.30 Ord for dagen
- 08.45 Organisasjonen inn i en ny tid v/leder
- 09.15 Forhandlinger
- 11.30 Lunsj
- 17.00 Avslutning forhandlinger
- 18.00 Besøk av fotballegende Rune Bratseth
- 19.30 Festkveld med middag og kulturprogram
 - Festtale ved Marvin Wiseth



Rune Bratseth



Marvin Wiseth

Søndag, 25. juni

- 08.30 Ord for dagen
- 09.45 Forhandlinger frem til kl 15.00
- 12.00 Lunsj
- 15.00 Avslutning av landsmøte

Bilder fra tidligere landsmøter i DNT – Edru Livsstil

Ønsker du
å gi en gave til
DNT – Edru Livsstil?
Kan du vippe til nr: 547819
Vi er takknemlig for
alle bidrag!



Alkoholindustrien kler ikke offerrollen

Alkohol er ingen vanlig vare. Det må reklameregelverket gjenspeile, uansett hvor reklamen blir delt.

Inger Lise Hansen, generalsekretær i Actis

Norge har som mål å redusere alkoholkonsumet vårt med 20 prosent innen 2030. Om vi klarer dette, vil det være en seier for folkehelsen. Reklameforbudet er et av de beste virkemidlene vi har for å nå målet.

57 prosent av befolkningen er for reklameforbudet mot alkohol og 44 prosent er enige i at myndighetene bør gjøre mer for å begrense alkoholreklamen på sosiale medier. Likevel kan man få inntrykk av når man leser avisene at det er nærmest et folkekrav at alkoholprodusenter nå skal få reklamere for produktene sine på sosiale medier. Det stemmer ikke.

Industrien er mot reklameforbudet

«Vi er ikke mot reklameforbudet,» sier alkoholprodusentene. «Vi vil bare at flere skal få kjennskap til våre produkter gjennom nøktern informasjon».

For meg høres det mistenkelig ut som reklame. I ordboken blir reklame definert som «virksomhet for å utbre kjennskap til eller for å anbefale en vare, forretning, virksomhet eller lignende».

Er det ikke dermed reklameforbudet de argumenterer mot?

I forsøket på å utvanne reklameforbudet, setter bryggeribransjen “sjarmerende mikrobryggeri” opp mot den “hensynsløse” staten, men det er ikke bare mikrobryggeriene som vil profitere på en lemping på forbudet. Det vil også de store aktørene. Fordelen med dagens lovverk er at det er klart, tydelig og forutsigbart: Reklame er reklame og alkohol er alkohol.

Nøktern informasjon

Alle har sine egne individuelle opplevelser knyttet til alkohol. Dermed vil hva som er «nøktern informasjon» være svært individuelt og nesten umulig å avgjøre.

Hvor i den nøkterne informasjonen skal det være plass til å informere om at alkohol er årsaken til over 200 ikke-smittsomme sykdommer, blant annet kreft og diabetes? Hvor i den nøkterne informasjonen skal det nevnes at alkoholforbruket vårt koster samfunnet mellom 80 og 100 milliarder årlig? Dette er fakta, og de endres ikke på av hvor alkoholen blir produsert eller hvor mange priser den får.



Ikke en vanlig vare

Hovedregelen i Norge er at forbrukerne selv skal oppsøke informasjon om alkoholholdige drikker. Alkohol er ikke en vare på lik linje med sminkeprodukter eller interiørartikler. Det er et rusmiddel med stort skadepotensiale.

Sosiale medier har gjort at oppmerksomheten vår har blitt en svært etterspurt og verdifull mangelvare. Vi blir fortalt i timevis hver eneste dag hva vi må ha for å få et komplett liv, hva vi mangler for å føle oss lykkelige og hvordan vi kan komme et steg nærmere det perfekte. Sakte, men sikkert gir vi bort oppmerksomheten vår til personer og bedrifter som

vil selge oss produkter. Nå vil også alkoholindustrien kaste seg inn i konkurransen.

I en undersøkelse fra Medietilsynet sier 23 prosent av dem mellom 13 og 18 år at de har fått opp reklame for alkohol. 16 prosent av dem mellom 9 og 12 år har opplevd alkoholreklame i nyhetsstrømmen. En liberalisering av regelverket, vil trolig føre til enda mer markedsføring overfor grupper som ikke burde bruke rusmidler.

Storskala eksponering av alkohol

Vi vet at det allerede eksponeres mye alkohol på sosiale medier. I en Retriever-undersøkelse fra 2020

kommer det frem at 20 influensere, som allerede fungerer som levende reklameplakater, utelukkende promoterer alkohol som en del av en perfekt og glamorøs livsstil.

Spørsmålet er derfor: Trenger vi virkelig mer reklame på toppen av dette?

actis

Oslo vegetarfestival

Tekst og foto: IOGT Huset

DNT - Edru Livsstil, Forbundet Mot Rusgift og IOGT Huset sto på stand 27. - 28. mai under Oslo Vegetarfestival med slagordet kjøttfrie og alkoholfrie vafler.



God helgestart på Knarvik

Tekst og foto: Marit Barene



Johannes Kleppevik (1947-2001) spela opp til dans allereie som tenåring. Han skreiv i mange år songar for andre, men det var først på slutten av 70-talet at han gav ut eiga plate. I 1980 braut han tvert av grunna problem med mellom anna alkohol, og han drog til sjøs i seks år. Her skreiv han dei folkekjære songane «No kjem ein vals» og «Tar du med ei helsing», og plata hans «North Atlantic Ocean» vart nominert til Spellemannsprisen.

Det var nytt, nesten sjokkerande, at nokon våga syngja om alminneleg ting - og det på strilamål. Og gjennom dei neste åra produserte Johannes mange viser, særleg om Vestlandskysten. I dag vert han kalla Vestlandet sin trubadur. Musikken hans toppa både det populære radioprogrammet Norsktoppen og den europeiske radiomusikktevlinga Europatoppen.

Lokallaget Edru Livsstil Nordhordland arrangerer God helgestart fleire fredagar i året. Denne kvelden i mai var det Johannes sitt søskenbarn frå Sotra, Marie Golten Pettersen som skildra oppveksten og livet til Johannes Kleppevik knytt opp mot fleire av dei mest kjende songane hans.

Normann Spurkeland, Terje Kvalvåg, Sissel-Anny Hjelmtveit og Arne Ådland hadde soloopptredenar og var forsongarar med trekkspel og gitarar, og 80 songglade gjester kosa seg i godt lag.

Pro Fremtid Nasjonalt Nettverk er et nytt internettlag for hele landet.

Nettet har etter hvert blitt en vanlig arena å møtes på, for å nå målgruppen vår er det viktig for DNT – Edru Livsstil å henge med i tiden.

Folk fra mange ulike land har flyttet til Norge av forskjellige årsaker.

Mange av våre nye landsmenn er avholds og kunne passe godt inn i DNT – Edru Livsstil og dette kommer samtidig med at inkluderingsarbeid blir en av de aller viktigste oppgavene i Norge i årene som kommer.

DNT – Edru Livsstil kan bidra med inkludering på forskjellige arena og bidra til å tilrettelegge rusfrie møteplasser for folk uavhengig av etnisitet, religion og sosial bakgrunn.

Medlemskap:

Alle som per i dag er medlemmer i DNT – Edru Livsstil og tilhører et lokallag, kan bli aktive frivillige i Pro Fremtid og samtidig beholde sitt medlemskap i lokallaget.

- Målet vårt på sikt er at det skapes et nettverk over hele landet, der folk med felles interesser kommer i kontakt med hverandre uansett hvor de bor.

- F.eks. en kunne tilby leksehjelp via internett til barn med minoritet bakgrunn eller invitere de på med på tur?

Eller noen voksne har tid og kan bli «besteforeldre» for noen ungdommer? Det er godt sosialt samvær for begge parter. Det handler om hverdagsintegrering og videreformidle av fjellvettregler i livet.

Alle som er direkte medlemmer i Edru Livsstil er velkommen til å melde seg i Pro Fremtid laget.

Mvh

Styreleder Shaugfta Parveen

Pro Fremtid Nasjonalt Nettverk

Profremtid.edru@gmail.com

+47 93 44 42 60

edru.no

Årsmøte i Edru Livsstil Trondheim

Tekst: Mary Skimmeli

Innkalling til årsmøte i Edru Livsstil Trondheim mandag 6.mars var sendt ut i god tid sammen med sakliste. Som vanlig ble møte holdt på Lialøkken Grendehus.

Styret har hatt følgende sammen-setning i 2022 .

Leder: Mary Skimmeli

Kasserer: Jorid Rø Husby

Sekretær: Elin Rø Ludvigsen.

Fra og med november Eli Jonsen

Styremedlemmer: Jorid Rø Husby, Ivar Moum,

Varamann : Svein Tømmerdal

Styret for Lialøkken Grendehus: Jorid Rø Husby, Ivar Moum, Per Tiller.

Til møteleder på årsmøte ble Per Tiller valgt. Sekretær Ivar Moum.

Årsmeldinga for 2022 ble opplest av Eli Jonsen. Det har vært gjennomført 8 lagsmøter samt årsmøte. Sommertur ble ikke arrangert dette året grunnet mye sykdom blant styrets medlemmer. Vi begynner å bli en godt voksen gjeng som leder dette laget. Vi mangler yngre krefter til å ta over stafettspinnen.

Det har vært godt og variert program på lagsmøtene. Spesielt er program om byen vår populære slik som Graakallbanen gjennom 100 år ved Rune Kjenstad og Trine Søraa som fortalte og viste bilder fra de harde trettiåra i Trondheim. Det som er positivt at det er en mer eller mindre fast gjeng som ikke er medlemmer som kommer på møtene våre.

Lagsmøtene blir annonsert i

Adresseavisen.

Styrets 1.prioritet har vært å holde laget i drift med lagsmøter en gang i måneden og utsendelse av medlemsbladet Sverre.

Lialøkken grendehus la frem egen årsrapport for 2022. Huset leies ut til barnedåper og konfirmasjoner. I tillegg litt møtevirksomhet. MA Trondheim har kontor i sokkelen pluss at de har sine medlemsmøter i møtesalen. Huset er i veldig bra stand, ingen store vedlikeholdsarbeider i løpet av året.

Styret for huset er Jorid Rø Husby, Svein Tømmerdal og Ivar Moum

Valget gikk unna uten diskusjoner.

Leder: Mary Skimmeli

Kasserer: Jorid Rø Husby

Sekretær: Eli Jonsen

Styremedlemmer: Ivar Moum, Per Johan Tiller, Svein Tømmerdal.

Varamann: Henry Arnfinn Vangseng



Styre for Lialøkken: Jorid Rø Husby, Ivar Moum og Per Johan Tiller.

Etter alle formaliteter var over tok Mary ordet og holdt en tale for Elin Rø Ludvigsen som nå har gått ut av styret etter eget ønske grunnet sykdom og høy alder. Elin fyllte 90 år i august forrige år. Elin har vært en bauta for avholdsarbeidet både lokalt og på landsbasis.

Allerede på 1940-50-tallet var Elin aktiv i DNT's barnelag, senere Leira Ungdomslag, og så Leira Avholdslag. Videre ble hun med i ledelsen av DNTU Sør Trøndelag fylke. I 1961 ble hun valgt til leder for DNTU. I årene 1991-1995 var hun den første kvinnelige landsleder i DNT. For alt dette ble hun tildelt, Klostermedaljen. For å sette kronen på verket ble hun tildelt Kongens fortjenstmedalje på en tilstelning i Leira kapell 20/12-20. De senere årene har Elin vært Edru Livsstil Trondheims eminente sekretær. I tillegg har hun vært en aktiv bidragsyter med innlegg i bladet Sverre. For sin innsats i laget ble hun utnevnt til æresmedlem. Blomster og diplom hørte med.

Nytt fra **Juba**™

Sommeren nærmer seg, og planleggingen av Jubas to store sommerleirer er godt i gang. Å dra på leir er noe mange av medlemmene våre gleder seg til. Leir er et fint sted for medlemmene våre, der det er lek, samvær, læring og masse gøy. Juniorleiren – En eventyrlig uke er første leir som arrangeres. Der sover deltakerne i telt og den arrangeres i år fra 25. juni – 1. juli på Strandenga Leirsted på Biristrand. Der blir det flere gøy aktiviteter, og det blir også en tur til Hunderfossen eventyrpark.



Aktivitetsleiren arrangeres i år fra 17. juli – 22. juli på Hallingdal folkehøgskule på Gol. Navnet på leiren er «Ja kom alle sammen bli med» fra Eventyrvisa. Komiteen håper å krydre uka med eventyr og folketradisjoner, i tillegg til andre aktiviteter. Samtidig som vi planlegger leir, skal det også arrangeres landsmøte i år. Landsmøte blir avholdt på Gulsrud leirsted i Vikersund. Tidspunktet for landsmøte er 22.-25. september.

Vi legger også ved noen bilder fra fjorårets leir. Sommerhilsen fra Juba.



Juvente



”Hallo! Det er André her.

Jeg sitter i sentralstyret til Juvente og er leder av sommerleirkomiteen. Jeg vil bare fortelle om at vi skal ha tidenes sommerleir på Åsane folkehøgskole utenfor Bergen 24. - 27. juli, og jeg håper å se nettopp deg der!

Det blir masse spennende aktiviteter, politiske workshops, mye god mat, og god stemning i idylliske omgivelser.

Så dersom du er mellom 12 og 26 år, så håper jeg å se deg på årets sommerleir 24. - 27. juli på Åsane folkehøgskole utenfor Bergen!

”Dette vil du ikke gå glipp av!”

Abonnement på Edru Livsstils medlemsblad

Dersom du ønsker å abonnere på Edru Livsstils medlemsblad i posten, kan du fylle ut dette skjemaet og sende det til: **DNT - Edru Livsstil, pb. 140, 5903 Isdalstø** eller gi oss beskjed på e-post: **post@edru.no** eller telefon: **408 01 030**

.....

Jeg ønsker å abonnere på Edru Livsstils medlemsblad i posten for kr. 200,- per år.

Navn: _____

Adresse: _____

Postnummer og sted: _____

Separat faktura vil bli sendt ut for medlemsbladet.
Du vil motta medlemsbladet når fakturaen er betalt.

Medlemmer som ikke ønsker abonnement, kan lese bladet digitalt på nettsiden vår: www.edru.no

