

BLÅ KORS MAGASINET
RUSFRI

SIDE 18-19

**Å LA VÆRE Å DRIKKE PÅ FEST ER
SOM Å PROMPE HØYT PÅ BUSSEN.
DU AVVIKER FRA KODEKS.**

SKRIBENT
VILDE BRATLAND HANSEN

SIDE 24-25

SISTE NUMMER:

«BLÅ KORS-MAGASINET RUSFRI
LEGGES NED FRA OG MED 2020.
DETTE VIL FRIGJØRE RESSURSER
TIL EN ENDA BREDERE
KOMMUNIKASJONSSATSNING
I BLÅ KORS.»

SIDE 04-06
**LES OM
SUPERTRENERENS
LIVSERFARINGER**



REDAKTØR
STEINAR GLIMSDAL

De trykte
organisasjonsblader
er på vikende front
i dagens mediemangfold.

BLÅ KORS-MAGASINET RUSFRI 2009-2019: Vi er framme ved vårt siste nummer

I FORBINDELSE MED UTGIVELSEN AV «BLÅ KORS-MAGASINET RUSFRI» sine første numre i 2009 var det viktig for Blå Kors landsstyre å vedta en verdiparagraf for bladet. Magasinet er, som du kan lese på motstående side, i utgangspunktet en sammenslåing av avisa «Blåkorsbladet» og bladet «Rusfri» (tidligere «Vardevakt»).

VERDIPARAGRAFEN, VEDTATT I SEPTEMBER 2009, fikk følgende ordlyd: «Blå Kors-magasinet Rusfri redigeres ut fra alminnelige journalistiske prinsipper og på selvstendig grunnlag. Det redaksjonelle arbeidet bygger på en felleskristen basis og har som formål å fremme sosialt og diakonalt ansvar i kirke og samfunn. Magasinet søker i størst mulig grad å være utadrettet og skape debatt og engasjement rundt forebyggende miljø-arbeid og tiltak innen rusfeltet. Magasinet har et spesielt blikk for rusavhengighetens ofre, de pårørende og i særlig grad barn og ungdom.»

UT FRA DETTE FORSTÅR VI AT LANDSSTYRET for det som dengang ble kalt «Nye Blå Kors» hadde store ambisjoner for sitt nye organ. Meningene vil være delte om hvor godt vi i løpet av våre 11 åranger har lyktes med målsetningen om å være utadrettet og å «skape debatt og engasjement rundt forebyggende miljøarbeid og tiltak innen rusfeltet». Men blikket for rusavhengighetens ofre, de pårørende, barn og ungdom, har i alle fall vært der. Verdiparagrafen fra 2009 er på mange måter en god beskrivelse av intensjonen med dagens brede kommunikasjonsarbeid i regi av Blå Kors.

DE TRYKTE ORGANISASJONSBLADER er på vikende front i dagens mediemangfold. For et par måneder siden fikk vi en illustrerende e-post fra en dagsavis nordpå som har, i likhet med alle dagsaviser i Norge, mottatt Blå Kors-magasinet Rusfri gratis siden starten i 2009. Redaksjonen ba om å bli strøket som abonnent på papirutgaven av bladet, men la til at de gjerne ville ha den samme informasjonen tilsendt digitalt.

DENNE E-POSTEN KOM TIL OSS akkurat da Blå Kors var i gang med et stort hamskifte innen sitt kommunikasjonsarbeid. (Les mer om hvordan det blir fra neste år i en artikkel på våre organisasjonssider 24-25.) Med en sterkt oppgradert hjemmeside og et nytt månedlig nyhetsbrev vil Blå Kors holde kontakten med deg, og alle som i dag mottar Rusfri – og flere med. For de av våre medlemmer som ikke forholder seg så godt til digitale medier, vil vi tilby en kvartalsvis papirutgave av nyhetsbrevet, med de viktigste meldingene i kortform. Denne papirutgaven blir selvsagt også tilgjengelig i digital form slik Rusfri er det i dag.

KJÆRE LESER, vi ser fram til å holde god kontakt med deg i 2020 der vi sammen vil holde «et spesielt blikk for rusavhengighetens ofre, de pårørende og i særlig grad barn og ungdom».

VI ØNSKER DEG OG DINE EN RIKTIG GOD JUL
OG ET GODT NYTT ÅR!

Blå Kors-magasinet Rusfri – en klar røst på rusfeltet

NR 04 2019 / 11. ÅRGANG

Tidligere Det Blå Kors/Blåkorsbladet (etablert i 1915)
og Vardevakt/Rusfri (etablert i 1925)

UTGIVER:

Blå Kors Norge • www.blakors.no

ANSVARLIG REDAKTØR:

Steinar Glimsdal • steinar.glimsdal@blakors.no • tlf 926 36 739

ADRESSE:

Storgata 38, N-0182 Oslo
tlf 22 03 27 40 • fax 22 03 27 41
post@blakors.no

ANNONSEHENVENDERSELER:

TLF 22 03 27 40 • FAX 22 03 27 41 • post@blakors.no

SALG AV STØTTEANNONSER:

Faktureringservice Sør AS • tlf 32 24 44 33

FRIVILLIG ABONNEMENT:

Kr. 150 for fire utgivelser pr år betales over konto 3000.16.77337
Bladet sendes gratis til alle betalende Blå Kors-medlemmer
og organisasjonsmedlemmer.

FORSIDEFOTO:

STEINAR GLIMSDAL

LAYOUT OG TRYKK:

MERKUR TRYKK. Trykksaken er produsert etter
MILJØSTANDARDEN SVANEMERKET.



Blå Kors Norge

Blå Kors er en tverrkirkelig, diakonal organisasjon som fremmer rusfrihet i samfunnet. Blå Kors forener frivillig innsats på rusfeltet med profesjonelt behandlingsarbeid. Ved siden av et forebyggende og holdningsskapende arbeid driver Blå Kors 55 diakonale virksomheter i 15 fylker. Organisasjonen har 2.200 medlemmer og 1.100 ansatte. Blå Kors er samtidig en paraplyorganisasjon på rusfeltet og har 22 medlemsorganisasjoner.



Organisasjonsmedlemmer i Blå Kors

De Frie Evangeliske Forsamlinger, www.dfef.no
Den Evangelisk Lutherske Frikirke, www.frikirken.no
Den Evangeliske Forsamling Misjonskirken, www.misjonskirken.no
Den Indre Sjømannsmisjon, www.dism.no
Den Norske Israelsmisjon, www.israelsmisjonen.no
Den Norske Kirke v/Kirkerådet, www.kirken.no
Det evangelisk-lutherske kirkesamfunn, www.delk.no
Det Norske Baptistsamfunn, www.baptist.no
Det Norske Misjonsselskap, www.nms.no
Guds Menighet, www.gudsmenighet.no
HimalPartner, www.himalpartner.no
Indremisjonsforbundet, www.imf.no
Metodistkirken i Norge, www.metodistkirken.no
Misjonskirken Norge, www.mknu.no
Norges KFUK/KFUM, www.kfuk-kfum.no
Normisjon, www.normisjon.no
Norsk Helse- og Avholdsforbund, www.norskavholdsforbund.no
Norsk Luthersk Misjonssamband, www.nlm.no
Lederrådet for Pinsebevegelsen, www.pirsebevegelsen.no
Prison Fellowship, www.pfn.no
Sjømannskirken, www.sjmannskirken.no
Søndagsskolen Norge, www.sondagsskolen.no



INNHold

02	LEDER
04-06	EN SOFAPRAT MED STEINAR MUNDAL
06	ALKOHOL OG JULEBORD
07	JULEANNONSE
08-09	MARIE OG BARNAS STASJON
10-11	STATSBUDSJETTET OG DE IDEELLE
12	ANNONSE: «DITT TESTAMENTE»
13	KONTROVERSIELL RUSOPPLYSNING
14-15	UNGDOMSSIDENE
16-17	GODE JULEØNSKER
18-19	DEBATTINNLEGG: VILDE BRATLAND HANSEN OM DRIKKEPRESS
20-21	STØTTEANNONSER
22-23	RUSNYTT
24-25	ORGANISASJONSNYTT
26-27	STØTTEANNONSER
28	STØTTEANNONSER
29	KRONIKK: JANKA HOLSTAD OM Å VÆRE «UTAFOR»
30-31	GENERALSEKRETÆREN HAR ORDET
32	EN GANSKE VANLIG FOTBALLCUP

- I noen år var det helt rensket for alkohol i mitt hjem, men nå synes jeg det er greit det ikke er slik. I dag hadde en slik utrenskning vært et nederlag for meg, sier trenerlegende Steinar Mundal.

Supertrener med viktig livserfaring i bagasjen

STEINAR MUNDAL

Vi er i sofakroken hjemme hos Steinar Mundal (68) på Konnerud i Drammen. Vi er bare dager unna årets første skikkelige snøfall over det sørlige Østlandet. I kjelleren står et stort antall langrennsski klare til tre generasjoner Mundal. Klare for skisporene som snart vil materialisere seg.

AV STEINAR GLIMSDAL TEKST OG FOTO

Vi er hjemme hos en av nøkkel-personene bak de siste to tiårs norske langrennsrevolusjon. Og vi er hjemme hos en mann med en helt særegen livshistorie og livserfaring. Livserfaringene bruker han i dag for å hjelpe og støtte mennesker som er kommet ut å kjøre i sine liv, og for å bidra til å forebygge livsødeleggende adferd.

HISTORIEN TIL STEINAR MUNDAL startet i bygda Brekke i Sogn i 1950. Realskolen i Balestrand og Politiskolen i Oslo førte den idrettsaktive sogningen til kona Solveigs hjemtrakter Drammen i 1972.

Etter i alt 22 år i politiet, deriblant flere år i PST, var det idret-

ten, og i særdeleshett langrenn, Mundal skulle komme til å livnære seg av.

Steinar Mundal var blitt lagt merke til som trener for unge talenter med base på Konnerud. Både det norske og det internasjonale langrennsmiljøet hadde fått øynene opp for ham, og tilbudene begynte å melde seg.

HAN GIR INGEN LANG UTGREIING om hvordan man blir en ettertraktet langrennstrener.

- Jeg tror jeg har evnen til å snakke med folk og vinne deres tillit. Jeg oppnår lett kontakt. Slik bidrar jeg nok til å skape et trygt sted for den enkelte utøver. Det

er veldig sjelden jeg føler jeg må kjefte på en utøver, forteller han.

I 1992 BLE STEINAR MUNDAL LANDSLAGSTRENER I CANADA.

- I Canadas skilmiljø ble jeg møtt med store forventninger. Det blir man jo når man kommer fra Norge, kan han fortelle.

Det ble en svært krevende periode på i alt seks år i Canada med mellom 200 og 250 reisedøgn i året. Og den lette tilgangen på alkohol under tallrike hotellopphold i Canada skulle utvikle seg til et problem for ham.

- DET VAR IKKE NOE ALKOHOL I MITT BARNDOMSHJEM. Jeg kommer fra en

religiøs familie der avhold var selv-sagt. Det bidro nok til at jeg hadde lyst til å eksperimentere da jeg flyttet hjemmefra for å gå på skole. Og eksperimentet falt i smak! Jeg fikk smaken på både fyll og festing, forteller Mundal.

Steinar Mundal ble den som sjelden gikk først hjem fra en fuktig fest.

I 1998 BLE MUNDAL NORSK LANDSLAGSTRENER.

Han kom fra den krevende trenerstillingen i Canada og gikk rett på en like krevende stilling i Norge.

- I etterkant ser jeg at jeg burde tatt et friår før jeg tok fatt på den nye jobben. Det ble for mye, sier han. - Det gikk i hundre hele tida. Du skulle hele tiden prestere. Det ble for mye jobb, for lite fritid.

Og for mange anledninger til å drikke alkohol, skulle det vise seg. Kort tid før ski-VM i Lahti i 2001 fikk han sparken som landslags-trener på grunn av alkoholproble-

mene. For en mann i Steinar Mundals posisjon går slikt på ingen måte upåaktet hen. Medie-Norge var over ham time for time fram til saken var konkludert.

I LØPET AV LAHTI-ÅRET BLE MUNDAL BESTEFAR for første gang. Etter hvert gjorde han en viktig oppdagelse:

- Jeg kunne tidlig se i øynene til barnebarnet mitt redselen hun hadde for meg. Det var vel uforutsigbarheten jeg representerte på grunn av drikkingen. Det gikk opp et lys da. På denne tiden følte familien min seg helt maktesløs. Sønnene mine ga meg mer eller mindre opp, og vi hadde lite kontakt i en periode. Solveig holdt ut og hun er grunnen til at jeg sitter her i dag.

MUNDAL SØKTE HJELP ved en rekke behandlingsinstitusjoner. Ved to forskjellige anledninger var han innlagt ved Blå Kors Bragernes Behandlingssenter i Drammen.

- Jeg begynner ikke å drikke hvis jeg kutter ut treninga, men jeg merker det på humøret, sier Steinar Mundal på plass i sitt private treningsstudio. Her ligger preparerte langrennski klare for ham og Solveig, barn og barnebarn.

STEINAR MUNDAL

- født i 1950 i Brekke i Sogn
- aktiv i yngre år innen langrenn, friidrett, fotball, skyting, skiskyting
- uteksaminert fra Politiskolen i 1972
- begynte i PST i 1982
- ble trener for det kanadiske herrelandslaget i langrenn i 1992
- norsk landslagstrener fra 1998
- mistet jobben i 2001 grunnet alkohol-bruken, men fikk jobben tilbake i 2008
- senere: trener for herrenes rekruttlag i langrenn og trener for det norske landslaget i skiskyting (kvinner)
- personlig trener for Vibeke Skofterud (langrenn)
- i dag trener for Team Telemark (herrelangrenn)
- gift, to sønner, fem barnebarn
- se også boka «Ingen er bare det du ser» (2011) utgitt av Kirkens Bymisjon

FAKTA

I 2006 tok fortvilelsen helt overhånd og han forsøkte å ta sitt eget liv med en skitten heroinsprøyte. Heldigvis mislyktes han. Og en ny livsbestemmelse festet seg: Totalavhold fra alkohol og alle andre rusmidler fikk være det eneste alternativet heretter.

STEINAR MUNDALS FAMILIE OG NETTVERK SKJØNTE at nå mente han alvor med sitt livsprosjekt. Og så kom en helt ny mulighet seilende:

- I 2008 fikk jeg tilbake jobben som trener for herrelandslaget i langrenn. Sportssjef Åge Skinstad sa til meg: «Du er like flink som før når du ikke drikker!» Det ble en stor inspirasjon. Jeg valgte å være helt åpen overfor løperne om mine tidligere problemer. Det tror jeg bidro til at de kunne føle seg trygge sammen med meg.

NORSK HERRELANGRENN VAR I GANG med sin gullbedekkede æra der Petter Northug og Martin Johnsrud »

» Sundby gikk i front. Løperne ble fordelt mellom trenerne, og Steinar Mundal fikk ta seg av de to merkerte langrennsprofilene.

– Jeg trivdes sammen med de to «rebellene», humrer han.

Senere ble Steinar Mundal trener for herrenes rekruttlag og etter det trener for kvinnenenes skiskytterlandslag som feiret store triumfer under Oslo-VM i 2016. I dag har Mundal trappet ned, men ikke helt: En uke i måneden trener han Team Telemark og spennende langrennstalenter som Even Northug og Mikael Gunnulfsen.

- JEG ER NOK LITT «HYPER» SOM MENNESKETYPE, sier han. – Trening er viktig for meg. Jeg har et lite treningsstudio i kjelleren med tredemølle og ergometersykkel. Der nede finner du meg 4-5 ganger i uka. Jeg har i mange år slitt med Bekhterevs sykdom og det gjør også trening nødvendig. Jeg brukte for øvrig lenge sykdommen som unnskyldning for å bruke alkohol som smertestillende middel.

– Hva skjer hvis du ikke trener?

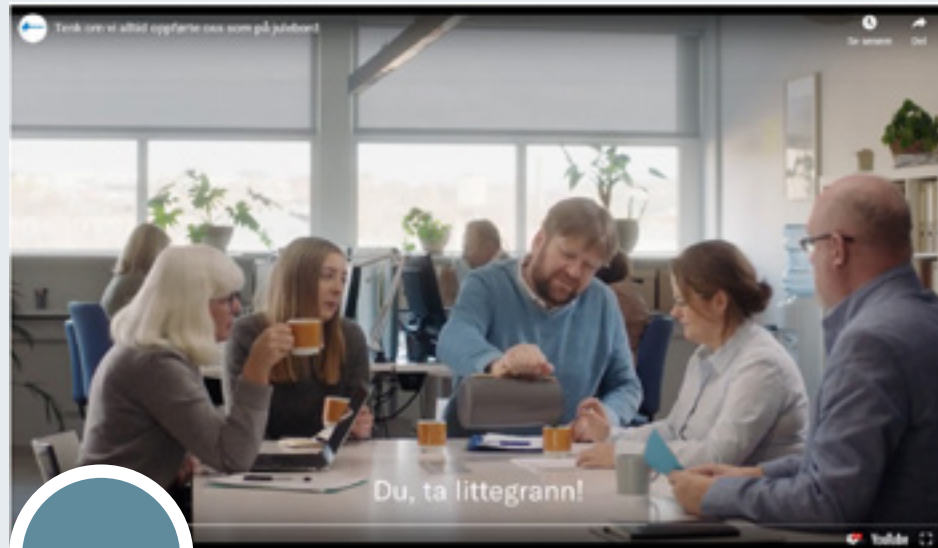
– Jeg begynner ikke å drikke hvis jeg kutter ut treninga, men jeg merker det på humøret.

– Er alkohol totalt bannlyst i deres hjem?

– Det drikkes her ved enkelte anledninger. Det er ikke noe problem for meg om folk tar et glass. Jeg er glad for at jeg ikke legger noen demper på festlighetene. I noen år var det helt rensket for alkohol her, men nå synes jeg det er greit det ikke er slik. I dag hadde en slik utrenskning vært et nederlag for meg.

I DAG ER STEINAR MUNDAL PÅ BESØK VED INSTITUSJONER OG HOS NÆRINGS- LIVET for å dele av sine livserfaringer. Han var fast foredragsholder to ganger årlig ved Bragernes Behandlingssenter i Drammen inntil senteret ble «anbudsnedlagt» for et par år siden. I høst skal han besøke Manifestsenteret i Røyken der mange av de Blå Kors-ansatte i Drammen fant seg ny jobb.

Tidligere i høst deltok han ved markeringen av 110 årsjubileet til Blå Kors Behandlingssenter Eina. Steinar Mundal har et budskap som treffer mennesker uavhengig av deres livssituasjon. Samtalene han fikk i etterkant av foredraget på Eina var ikke få. ■



JULEBORD

Stillbilde fra julebordsfilmen til Blå Kors. Hva om drikkepress også var vanlig i kaffepausene..?

Julebordtradisjoner under lupen

Tenk om vi også i kontorhverdagen oppførte oss som vi gjør på bedriftens julebord... Tanke-eksperimentet er blitt til en kortfilm. Den kan sees av alle og enhver på YouTube.

AV STEINAR GLIMSDAL

Filmen er produsert av Blå Kors godt hjulpet av byrået ANTI.

– Blå Kors ønsker å rette et søkelys på den norske drikkekulturen og slik gjøre det litt mindre farlig å snakke om alkohol, sier Blå Kors-rådgiver Hanne Backe-Hansen. – Vi ønsker å få flere til å reflektere over hvorfor vi drikker som vi gjør, og hvordan vi som samfunn påvirkes av dette.

Blå Kors har som uttalt mål å skape større aksept i samfunnet for å si nei til alkohol, og å bryte ned «tabuet» rundt den som ikke drikker alkohol.

I FØLGE RESTAURANT- OG UTELIVSBRANSJEN er julebordsesongen i gang med brask og bram allerede fra 15. november: «Nå skal det feires!»

Samtidig vet man at det ikke er alle som går fra et julebord med bare gode minner. Over halvparten av norske arbeidstakere mener at det drikkes for mye på jobbens julebord, og 30 prosent har opplevd at berusede kolleger har oppført seg plagsomt.

– I julebordsesongen kan det være lurt å tenke på hvordan alkoholen påvirker fellesskapet. I den anledning har Blå Kors laget en munter film med et tydelig julebordsfokus, avrunder Backe-Hansen.

Les mer på blakors.no!

TRE GODE RÅD FOR ET INKLUDERENDE JULEBORD

Det skal ikke så mye til for at julebordet blir en kveld som alle kan huske med glede. Dette er Blå Kors' to enkle råd for et trivelig og inkluderende julebord:

1. Ikke mas på dem som takker nei til alkohol.
2. Vær bevisst på hvordan ditt alkoholinntak påvirker andre.
3. Sørg for at det finnes gode alkoholfrie alternativer til dem som ikke ønsker å drikke – og til dem som etter hvert føler at de har drukket nok.

Kilde: blakors.no

FAKTA

ET ANNERLEDES JULEØNSKE

Jeg ønsker å slippe å være redd.
Hilsen Ella

Blå Kors arbeider for å gi støtte, trygghet og gode opplevelser til familier som har det tøft.

Gi en julegave til barn som ønsker seg det nissen ikke kan gi

Send SMS **BK JUL** til **2210** (kr 150)
VIPPS 13130 (valgfritt beløp)
 Kontonummer **3201.52.74165**



- Jeg måtte få hjelp til å være en mamma

BARNAS STASJON

- Man kan få hjelp og man kan ofte også hjelpe seg selv mye mer enn det man er klar over, sier Marie, som er svært glad for tilbudet som gis ved Barnas Stasjon Trondheim.

En tilsynelatende sprek, fargerik dame ikledd treningstights og knallrød jakke møter oss i døra på Blå Kors Barnas Stasjon. Dette er Marie. Nå ser hun frisk og glad ut, men det har vært en lang og knalltøff reise. Etter flere år som rusmisbruker er hun nå nykter på sjuende året. Nå venter den sjuende julen uten rusmidler.

AV KATHRINE NYGÅRD TEKST / MARCEL LELIENHOF FOTO

- Jeg er ikke så veldig glad i jula. Jeg kan telle på én hånd hvor mange gode juleminner jeg selv hadde som barn, så julefeiringer er noe jeg har prøvd å unngå, forteller hun.

Følelsen av å kjenne seg utilstrekkelig ble hun kjent med allerede som barn. Så kom rusen. Så ble hun voksen. Så ble hun gravid med sitt første barn. Før graviditeten levde hun et vanskelig liv.

- Kommunen var bekymret for at jeg skulle få barn med de problemene jeg hadde. Det var en vanskelig og trøblete tid, så jeg kan forstå dem nå i ettertid, sier hun.

ALLEREDE PÅ FØDESTUA troppet politiet opp med to barnevernsarbeidere. De hadde bestemt at hun skulle miste omsorgen for sønnen sin. Det var krenkende og sårt. Da Marie ble gravid hadde hun ikke hørt om Blå Kors sine behandlingstjenester. Hun visste ikke at det ikke bare var kommunen som kunne hjelpe henne. Det skulle hun så gjerne ha visst mye tidligere.

- Av en eller annen grunn så fikk jeg ingen informasjon fra kommunen om at jeg kunne få rusbehandling og veiledning både på Blå Kors Lade Behandlingssenter og Blå Kors Barnas Stasjon i Trondheim. Det var en enorm glipp og hadde jeg kommet i kontakt med Blå Kors tidligere kan det hende jeg hadde hatt sønnen min i dag, hun tar en pause.

HUN ER I DAG TOBARNSMAMMA. Et par år etter at hun fødte sin sønn, som nå bor i fosterhjem, fikk hun en datter. Dette var etter at hun hadde kommet i kontakt med Barnas Stasjon.

- Jeg husker det første møtet innmari godt. Det var en dag jeg

kjente meg ganske motløs. Jeg ble møtt med åpne armer og full forståelse. Det var liksom helt greit å bare være meg, forteller hun.

Etter det første møtet fortsatte Marie og datteren å få veiledning og mye kjærlighet hos Barnas Stasjon. Det gav henne håp i håpløse tanker og mot på motløse dager. Hun fikk hjelp til å bare være mamma.

- ETTER Å HA LEVD DET LIVET JEG HAR LEVD, så er det ikke alt som har vært like enkelt å takle som voksen. Jeg har ikke lært meg å være tålmodig og annet man helst bør være stødig på når man er mamma. Jeg måtte få hjelp til å være en mamma, og det får jeg her, forteller Marie. Marie forteller at selv om julefeiring ikke var noen stor glede for henne, har det vært viktig for henne å prøve å skape en hyggelig jul for datteren sin.

- Det er så mange forventninger til jula, særlig fra alle rundt en. Man skal ha fine gaver, fine klær, holde på tradisjoner og ikke minst skal man glede seg så veldig. Jeg har bare lyst å være med datteren min uten at noen av oss skal ha så store forventninger. Derfor har det vært fint for min datter og meg å bli med på Blå Kors' julefeiring sammen med andre i samme situasjon, det hjelper, smiler hun.

TIL TROSS FOR ET TURBULENT LIV MED MYE MØRKE er det lett å se at Marie er et annet menneske i dag. Etter flere år i Blå Kors sine ganger har hun opparbeidet seg en optimisme som smitter når man snakker med henne - og hun skaper håp om at ting kan bli bedre.

- Det trenger ikke være vanskelig for alltid, man kan få hjelp og man kan ofte også hjelpe seg selv mye mer enn det man er klar over på de mørkeste dagene, smiler hun. ■

ET ANNERLEDES JULEØNSKE

Jeg ønsker meg
en pappa som
husker meg i julen
hilsen Benjamin

Blå Kors arbeider for å gi støtte, trygghet og gode opplevelser til familier som har det tøft

Gi en julegave til barn som ønsker seg det nissen ikke kan gi

Send SMS **BK JUL** til **2210** (kr 150)
VIPPS 13130 (valgfritt beløp)
Kontonummer **3201.52.74165**



Historisk vekst for ideell sektor i statsbudsjettet

Statsbudsjettet for 2020 ble lagt fram i begynnelsen av oktober. Regjeringen har offensive mål for ideell vekst og har blant annet tallfestet at ideelle aktører skal ivareta 10 prosent av spesialisthelsetjenesten.

AV ANDERS BLIXHAVN TEKST / KATHRINE NYGÅRD FOTO



IDEELL VEKST

– Dette er en dobling fra dagens nivå, og vi i Blå Kors er beredt til å ta vår del av et slikt ansvar. Det er første gang en regjering forplikter seg så sterkt for å sikre en robust ideell sektor. Dette er en stor anerkjennelse og representerer et viktig mulighetsrom for oss, sier generalsekretær Kjetil Haga, og fortsetter:

- TIL TROSS FOR DISSE KLARE SIGNALENE fra regjeringen ser vi imidlertid betydelige utfordringer i realiseringen av disse ambisjonene, både på administrativt nivå og på helseforetaksnivå. Vi imøteser derfor tiltaksplaner som kan sikre gjennomføringen av disse politiske beslutningene, slik at den ideelle veksten faktisk blir mulig å realisere. Vi har i den forbindelse også påpekt hvilke utfordringer den økonomiske fordelingsmodellen representerer innenfor helsesektoren.

KJETIL HAGA LEGGER VEKT PÅ at det å sikre ideelle aktører gode forutsetninger for stabil drift er en framtidrettet politikk som vil legge til rette for et godt samspill mellom offentlig og ideell sektor. Å arbeide målrettet med disse betingelsene framover blir derfor viktig.

Generalsekretær Kjetil Haga ser betydelige utfordringer i realiseringen av regjeringens ambisjoner for ideell sektor innen spesialisthelsetjenesten.

Samarbeidsavtalen med ideell sektor videreføres

VIDEREFØRT
AVTALE

Samarbeidsavtalen fra 2015 mellom regjeringen, KS og Hovedorganisasjonen Virke, Frivillighet Norge, Ideelt Nettverk og KS Bedrift om leveranser av helse- og sosialtjenester videreføres, heter det i en felles pressemelding fra Nærings- og fiskeridepartementet og Barne- og familiedepartementet.

AV STEINAR GLIMSDAL

I 2015 signerte regjeringen Solberg og KS en samarbeidsavtale med ideelle organisasjoner om helse- og sosialtjenester.

«Avtalen anerkjenner, synliggjør og styrker den viktige rollen som ideelle aktører spiller i det norske velferdssamfunnet. Siden det er kommunene som har ansvar for mange av de tjenestene de ideelle aktørene tilbyr, var det viktig at også kommunal sektor ble part i avtalen. Et viktig punkt i avtalen er at partene jevnlig skal ha dialogmøter for å drøfte aktuelle problemstillinger,» skriver departementene i pressemeldingen.

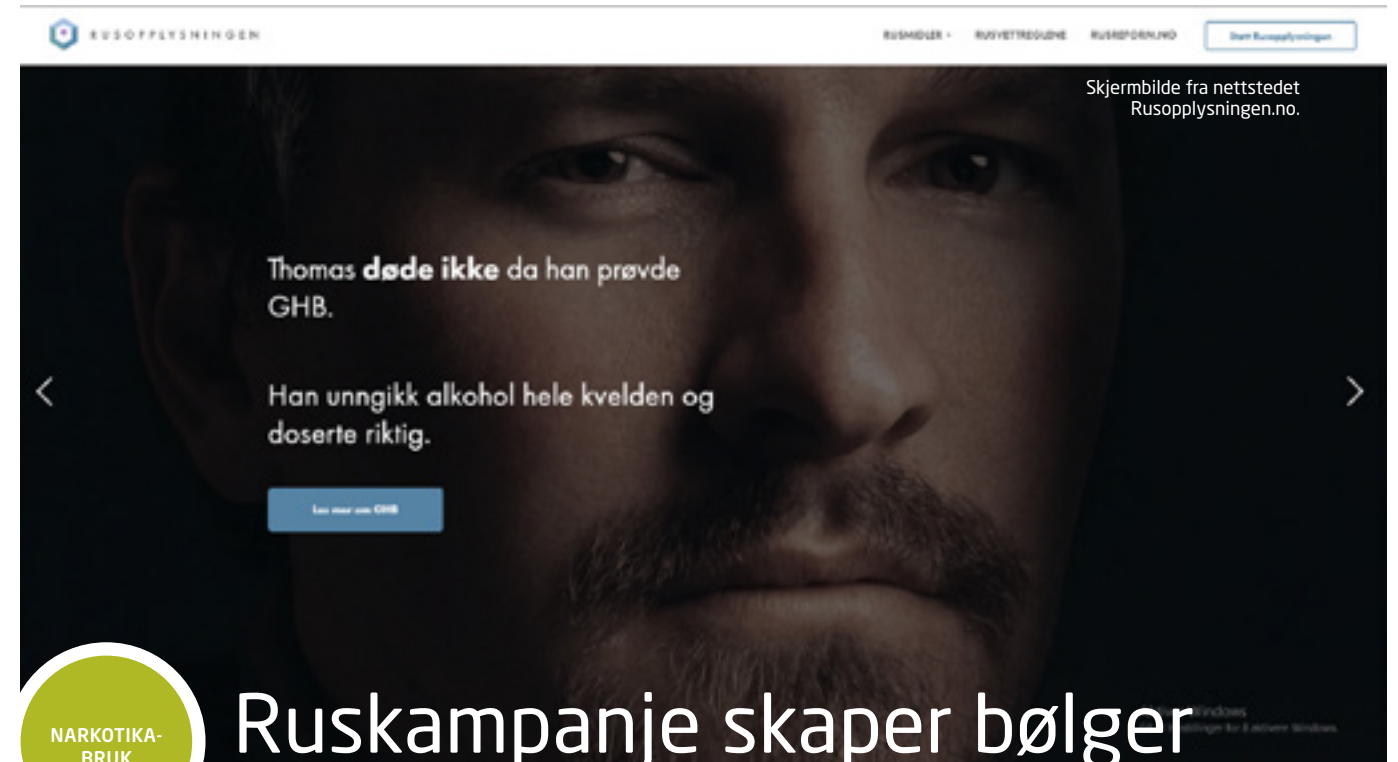
- I NORGE HAR VI LANGE TRADISJONER for å samarbeide med ideelle aktører om velferdsoppgaver. Regjeringen ønsker å opprettholde den direkte dialogen med ideell sektor, slik at vi lettere kan sikre Granavoldens mål om ideell vekst, sier næringsminister Torbjørn Røe Isaksen (H).

– Ideelle er en viktig del av barnevernet, og vi er tydelige i Granavolden på at vi vil styrke de ideelles posisjon. Jeg er derfor glad for at vi er enige om å videreføre samarbeidsavtalen, sier barne- og familie- minister Kjell Inge Røed (KrF).



Du kan bety noe for en som trenger det - også når du er borte.

Ønsker du å tilgodese Blå Kors i ditt testamente eller har spørsmål, er du velkommen til å ta en uforpliktende samtale ved å ringe oss på 22 03 27 40 eller sende en e-post på giver@blakors.no.



Ruskampanje skaper bølger

En kampanje på nettet, i sosiale medier og via boards slår denne høsten fast at det ikke er forbundet med livsfare å bruke heroin og GHB - dersom man tar sine forholdsregler.

AV STEINAR GLIMSDAL

Blant budskapene på de store reklameplakatene er «Anette døde ikke da hun prøvde LSD. Hun hadde fått stoffet testet og visste hva hun tok» og: «Mats døde ikke da han tok en heroinoverdose. Han var ikke alene, og vennene hadde motgift». Budskapene, sammen med faktastoff om noen utvalgte rusmidler, er lagt ut på hjemmesiden Rusopplysningen.no.

Interesseorganisasjonen Foreningen Tryggere Ruspolitikk (FTR) står bak kampanjen og hjemmesiden. FTR, som har legalisering av narkotikabruk på sin agenda, sier at de ønsker å informere om hvordan risiko kan reduseres ved bruk av ulike rusmidler.

«INFORMASJONEN I PLAKATENE er i tråd med Regjeringens nye overdosestrategi, der det er et mål at folk skal ruse seg på trygge måter. Kampanjen er ment å starte en debatt om hvordan det informeres om rusmidler, samt gjøre flere som søker informasjon kjent med at nettsiden finnes,» skriver FTR-leder Ina Roll Spinnangr i et innlegg i Nettavisen.no.

Fagsjef i Blå Kors Øst, Inge W. Brorson, sier at de faktiske opplysningene om de ulike stoffene på Rusopplysningen.no er greie nok, men mener det er viktig å se på kampanjen i sin helhet og hvilken effekt den kan ha:

– Det er underteksten her som er det problematiske. Mennesker som misbru-

ker illegale rusmidler er en stor utfordring for vårt helsevesen. De samlede skadevirkningene av illegal rusbruk burde komme tydeligere frem. En sterkere advarsel mot bruk av narkotiske stoffer og de tragiske følger det har for enkeltmennesker og samfunnet etterlyser jeg i en faktabasert fremstilling. At det er forbudt å bruke stoffene burde etter min mening fremheves sterkere enn det gjøres, sier Brorson.

FAGSJEFEN I BLÅ KORS ER OPPTATT AV om kampanjen treffer målgruppen. Han viser til eksempler fra andre land i Europa der eksempelvis tilbud om testing av stoff og relevant informasjon er plassert i nærheten av byens russcener eller i situasjoner der man vet at bruk og misbruk forekommer:

– Denne gruppen med høy risiko for skadelig bruk har et særlig behov for detaljert faktainformasjon og faglig veiledning.

INGE BRORSON FORTELLER at det er vanlig terapeutisk praksis å gi råd til aktive rusbrukere om tryggest mulig bruk av stoff dersom de er i en situasjon hvor de inntar stoffet:

– For denne selekterte gruppen vil denne type kunnskap være viktig, og mindre viktig for andre grupper. Jeg tviler på om folk flest tar seg tid til å gå gjennom alt faktastoffet som presenteres her.

Overskriftene på nettet og via boards vil derfor kunne ha en legitimerende virkning med tanke på rusmiddelbruk. Det er i så fall svært betenkelig. Det subtile og underliggende budskap, slik jeg leser det, er at det er OK å ta illegale rusmidler – bare du gjør det på den «rette» måten. Det er forhåpentligvis ikke intensjonen?

FAGSJEFEN I BLÅ KORS ØST MINNER OM at hvilken effekt en kampanje som denne har på folk er et empirisk spørsmål:

– Det hadde vært ønskelig om kampanjen hadde vært testet ut på et representativt utvalg av et uavhengig byrå for lansering. Det kan selvsagt også gjøres i ettertid. Hvilket inntrykk etterlater den hos folk? Blir man eksempelvis mer tilbøyelig til selv å prøve ut et illegalt rusmiddel?

Inge Brorson fremhever på den positive siden at det på Rusopplysningen.no formuleres syv gode råd til foreldre om hvordan man kan forebygge rusbruk.

– Samtidig etterlyser jeg altså en sterkere poengtering av at bruk av narkotiske stoffer er helseskadelige og avhengighetsskapende, og at det bør begrenses til kontrollert medisinsk bruk. Jeg hadde ønsket meg mer vekt på råd og regler om hvordan man kan unngå eller beskytte seg mot rusmidler. Det hadde åpenbart vært innenfor intensjonen med kampanjen, avslutter fagsjef Inge Brorson. ■



BLÅ KORS UNG OG VEIEN VIDERE

I dette siste nummeret av Rusfri på papir kan det være på sin plass å ta en liten titt på BKU, hvor vi er i dag og hvor vi forhåpentligvis er på vei.

AV MONITA SKAALI

Barne- og ungdomsarbeidet i Blå Kors har lange tradisjoner og har hatt ulik form og fasong gjennom årene. I dag er vi «en organisasjon i organisasjonen». BKU er ikke en selvstendig og uavhengig organisasjon, men Blå Kors generalforsamling opprettet for noen år siden BKU-rådet som et styrende organ for BKU. Rådet velges av generalforsamlingen og samarbeider tett med daglig leder og også lokallagene rundt i landet.

BKU ER I VEKST og vi ser ut til å bikke 1000 medlemmer i løpet av 2019. I år ble også det 13. lokallaget vårt etablert i Tønsberg. Styrken i BKU består i tydelige holdninger til rusmidler og trygge, stødige voksne som er til stede og ser og møter de unge slik de er, der de er.

ENKELTE AV VÅRE LOKALLAG befinner seg innunder AHO-prosjektet (Aktivitet, hjem, opplæring) og mottar støtte fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. Dette muliggjør aktiviteter, måltider og tilbud

også til unge med dårligere økonomi. Ingen blir utelatt i BKU.

DE LOKALE VARIASJONENE er store men det drives godt over hele landet. Noen steder har vi ansatte, andre steder drives arbeidet utelukkende av frivillige. I Tønsberg har vi nå to lokallag: ungdoms-caféen «Quasimodo» i sentrum og «Base Camp Søndre Slagen». Begge driver tilbud i helgen, og «Base Camp Søndre Slagen» er også et AHO-prosjekt og vil utvide tilbudet etter hvert. Det jobbes også med å inkludere mindre barn i et eget tilbud der.

I OSLO DRIVER VI «BASE CAMP LØKKA», som hver uke drar godt over 100 ungdommer inn til aktivitet og måltider. I Kristiansand drives «Vision Aktivitetspark» med skatehall og parkour, samt caféen «Haven» i sentrum og konserter på hyppig basis. På Åkra ved Karmøy har vi fantastiske «Fabrikken» med flotte lokaler, eget verksted og båt og det årlige sagnomsuste «julabordet» som drar inn

200 gjester. I Ålesund ligger lokalene i sentrum med alt hva ungdom kan ønske seg av innendørs aktiviteter. Det er åpent hver dag og drives mye aktiviteter også utenfor lokalene. I Sørreisa i Troms er det klubb for små og store og ikke minst motorklubb med firhjulinger og scootere.

OGSÅ HAR VI DE FLOTTE SPEIDERNE VÅRE. Hele seks speidergrupper, på Evje, Kolltveit, Kristiansand, Vennesla og Lye og selvsagt sjøspeiderne på Flekkerøy. Et fantastisk speiderkorps som vi har som mål å utvide betydelig.

VI TROR PÅ BKU OG VÅR VISJON. Det er ikke bare å skape aktiviteter for barn og unge. Det er å tilrettelegge for at de skaper aktivitet selv. Det er å være tydelige voksne, med gode verdier og tydelige rammer. Det er å bli med ungdommene på veien til å bli voksne, selvstendige og trygge mennesker. ■



Vi ønsker deg og dine en riktig god jul og et godt nytt 2020!

Hjertelig hilsen fra styremedlemmer, ansatte, og tidgivere i Blå Kors

BLÅ KORS NORGE
blakors.no

BLÅ KORS DIVISJON BEHANDLING

OPPLAND
Blå Kors Behandlingssenter Eina
blakorsost.no/eina

OSLO
Blå Kors Poliklinikk Oslo
blakorsost.no/poliklinikken

Blå Kors Behandlingssenter Slemdal
blakorsost.no/slemdal

ROGALAND
Blå Kors Haugaland A-senter
haugaland-asenter.no

TELEMARK
Blå Kors Borgestadklinikken avd Skien
borgestadklinikken.no/skien

Blå Kors Borgestadklinikken avd Borgestad
borgestadklinikken.no/borgestad

TRØNDELAG
Blå Kors Lade Behandlingssenter
ladebs.no

VEST-AGDER
Blå Kors Loland Behandlingssenter
lolandsb.no

BLÅ KORS DIVISJON OPPLÆRING

BUSKERUD
StjerneGruppen Ringerike
stjernegruppen.no

HORDALAND
Hop Kompetansesenter
hopkompetansesenter.no

Hop videregående skole
hopvgskole.no

OSLO
Rehabil
rehabil.no

TRØNDELAG
Aglo videregående skole
aglo.no

VEST-AGDER
Blå Kors Arbeid og Inkludering
blakorskrs.no/arbeid

Øvrebo videregående skole
ovrebo.vgs.no

ØSTFOLD
Jobbkonsulentene
blaakors.no/jobbkonsulentene

Seiersborg videregående skole
seiersborg.vgs.no

BLÅ KORS DIVISJON BARN, OMSORG OG FRIVILLIGHET

AUST-AGDER
Blå Kors Bosenter Arendal
blakors.no

BUSKERUD
Blå Kors Barnas Stasjon Lier/Drammen
barnasstasjon.no/drammen

Blå Kors Steg for Steg Drammen
blakors.no/steg-for-steg

HEDMARK
Blå Kors Barnas Stasjon Hamar
barnasstasjon.no/hamar

HORDALAND
Blå Kors Barnas Stasjon Bergen og omegn
barnasstasjon.no/bergen

Blå Kors Kompasset Bergen
kompasset.org/bergen

Blå Kors og Hvite Bånd Dagsenter
blakors.no/bergen

Blå Kors Bosenter Bergen
blakors.no/bosenter-bergen

Blå Kors Steg for Steg Bergen
blakors.no/steg-for-steg

MØRE OG ROMSDAL
Blå Kors Bosenter Ålesund
bosenter.net

OPPLAND
Blå Kors Kompasset Lillehammer
kompasset.org/lillehammer

Blå Kors Kafe Kampen
blakors.no

OSLO
Blå Kors Barnas Stasjon Oslo
barnasstasjon.no/oslo

Blå Kors Kompasset Oslo
kompasset.org/oslo

Blå Kors Kontaktsenter Oslo
blakors.no/kontaktsenter

Blå Kors Bosenter Oslo
blakors.no/bosenter-oslo

Blå Kors Steg for Steg Oslo
blakors.no/steg-for-steg

ROGALAND
Blå Kors Kompasset Sandnes
kompasset.org/sandnes

TROMS
Blå Kors Kompasset Tromsø
kompasset.org/tromso

Blå Kors Bosenter Tromsø
blakors.no/bosenter-tromso

TRØNDELAG
Aglo barne- og familiesenter
aglo.no/aglo-barne-og-familiesenter

Blå Kors Barnas Stasjon Trondheim
barnasstasjon.no/trondheim

Blå Kors Kompasset Trondheim
kompasset.org/trondheim

VEST-AGDER
Blå Kors Barnas Stasjon Kristiansand
barnasstasjon.no/kristiansand

Blå Kors Bo- og rehabiliterings-senter Vågsbygd
blakors.no/vagsbygd

Blå Kors Frivilligsentral Posebyen
blakorskrs.no

Blå Kors Posebyen Kulturskole
blakorskrs.no

Blå Kors Steg for Steg Kristiansand
blakors.no/steg-for-steg

VESTFOLD
Blå Kors Huset i Horten
blakors.no/horten

ØSTFOLD
Blå Kors Barnas Stasjon Fredrikstad
barnasstasjon.no/fredrikstad

Blå Kors Varmestua i Fredrikstad
blaakors.no/varmestua

Blå Kors Ilaveien Bosenter
blaakors.no/ilaveien-bosenter

Blå Kors Krise- og incestsenteret i Fredrikstad
blaakors.no/krisesenteret

Blå Kors Kulåssenteret
blaakors.no/kulaassenteret

Blå Kors Plankebyen Frivilligsentral
blaakors.no/frivilligsentral

NASJONALE BLÅ KORS-PROSJEKT

Blå Kors Ferier
blakorsferier.no

Snakk Om Mobbing
snakkommobbing.no

Snakk Om Psyken
snakkompsyken.no

Hvorfor kan du ikke bare ta ett glass?

Som toppidrettsutøver hadde jeg alltid en god unnskyldning. «Vi har trening i morgen» eller «Vi får ikke lov til å drikke en uke før kamp.»

AV VILDE BRATLAND HANSEN

DEBATTINNLEGG



«Å la være å drikke på fest i Norge, er litt som å prompe høyt på bussen. Du avviker fra kodeks,» skriver forfatter, foredragsholder og blogger Vilde Bratland Hansen. Innlegget ble opprinnelig publisert i Oppland Arbeiderblad 19. oktober 2019.

Håndballsatsingen forklarte også at jeg takket for meg når blikkene til menneskene rundt meg var i ferd med å bli flakkete. Idet musikken gikk fra rolige sanger på spillelista «Middag med venner» til russelåter av TIX på høyeste volum. Idet folk begynte å spørre: «Kan du ikke bare drite i den håndballen da? Bare én kveld? Slippe deg løs litt? Ha det litt gøy? Du kan jo bare ta ett glass?» Jeg hatet det. De inngående spørsmålene om hvorfor. Var det så vanskelig å akseptere at jeg ikke ville ha?

ETTER JEG LA HÅNDBALLEN PÅ HYLLA har jeg oftere smakt på alkoholens frukter. Latterkrampene. Dansingen. Hvordan en flaske vin kan gjøre enhver sosial setting lettere. Og selv om jeg aldri hadde trodd det, har jeg ved flere anledninger tatt meg selv i å være den irriterende personen som maser. Som ikke tar et nei for et nei. Når jeg arrangerer fest, vil jeg aller helst at alle skal konsumere sammen med meg. I planleggingsfasen tar jeg meg selv i å lure på hvem som potensielt ikke kommer til å drikke og i hvor stor grad det kommer til å prege festen.

Å LA VÆRE Å DRIKKE på fest i Norge er litt som å prompe høyt på bussen. Du avviker fra kodeks, spesielt hvis du ikke har en god grunn. I en episode av podkasten «Utafor» forklarer professor og forsker i forbrukervaner Runar Døving om hvorfor det er vanskelig å la være å drikke og om hvorfor vi sliter med å akseptere at noen kommer på fest uten å ha med seg alkohol. «Når vi inntar en substans som er tvilsom eller halvveis problematisk og consumerer den i fellesskap, skapes et samhold. Tar du avstand fra alkoholen, tar du langt på vei avstand fra fellesskapet,» forklarer han. Døving mener at tvangen resulterer i at man som ikke-drikker må underkommunisere at man avstår for å slippe de andre festdeltakernes fordømmelse.

DØVING ER OGSÅ AV DEN OPPFATNING at de som drikker, føler seg truet av den eller dem som velger å la være. Uten at du legger merke til det, tolkes den andres ikke-konsum som en kritikk av deg og ditt valg om å drikke. Det blir litt som å bestille en megaporsjon med biff når du

er på restaurant med en veganer som velger bønnetaco. Du tar et dårlig valg. Veganeren skal redde den. Debatten om drikkepress er på ingen måte ny. En rekke innlegg om alkoholkonsum i russetida eller i fadderuka er blitt skrevet. I et Si ;D-innlegg denne høsten skrev for eksempel en 19 åring følgende: «Jeg er oppvokst i Bærum og har opplevd både sprit-taxier, russebusser og hjemmefester ute av kontroll. Allikevel har jeg aldri opplevd noe som kan måle seg med drikkepresset jeg har opplevd under fadderuken.»

DE ENKELTSTÅENDE INNLEGGENE støttes av forskning: I en undersøkelse fra 2018 gjennomført av Ipsos på oppdrag fra Blå Kors, kom det fram at hele 1 av 5 i aldersgruppen 18 til 29 år heller sier ufrivillig ja til alkohol enn å forklare hvorfor de ikke drikker. Det er en økning i forhold til samme undersøkelse for to år siden. I tillegg opplever nesten 3 av 10 i samme aldersgruppe det som ubehagelig å takke nei til alkohol. Debatten om «ungdomsdrikkerne» resulterer ofte i at foreldregenerasjonen tar til orde for at det er fælt med drikkepress. Det ironiske er imidlertid at Norge faktisk er et av landene i Europa som skiller seg mest ut når det gjelder nedgang i alkoholbruk blant unge. Motsatt øker alkoholkonsumet blant den eldre garde. Mange 50-70-åringer i Norge drikker nå en halvflaske vin flere ganger i uka. Voksenlivet er i det hele tatt fullt av faser og situasjoner der det forventes at man skal ty til flaska: bryllup, vinlotteri, fredagspils, julebord, sommerfest – you name it.

«DET ER ANNERLEDES SOM VOKSNE. VI BARE KOSER OSS,» tenker du kanskje. Men hva med akevittfestivalen, urbane totninger eller sommer-slagere? Reunion eller femtiårsfest? Min erfaring er at det også for godt voksne finnes en haug av eksempler på tilstelninger der målet for kvelden er å bli drita. Forskning støtter antakelsen. Når nordmenn drikker, er det ofte for å oppnå rus. I forbindelse med EU-prosjektet «Joint Action on Reducing Alcohol Related Harm» kom det fram at Norge er blant landene i Europa der det er vanligst å drikke i store mengder. Og når vi i Norge holder oss med «helgefylla», gjør det at vi skader oss mer og sloss mer

«Nesten seks av ti mener det er for mye drikkepress i Norge. Mest press er det i Oslo og Akershus.

enn de gjør i land der det drikkes mindre om gangen, men jevnt. Misforstå meg rett: Det trenger ikke være negativt å være på en snurr. Hurra for at folk koser seg. Jippi for bylivet i Gjøvik. Det som bekymrer meg, er at mange drikker mer enn de ønsker for å passe inn. Eller de unngår å komme.

EN UNDERSØKELSE FRA FOLKEHELSE-INSTITUTTET fant for eksempel at hele én av ti har unngått sosiale arrangementer i jobbsammenheng på grunn av alkohol. Like mange svarte at de har opplevd drikkepress når de er ute med jobben. Utfordringene virker i tillegg å være større i privat sektor: Det er mer alkoholrelatert fravær og inefektivitet på grunn av alkohol enn i offentlig sektor. Nesten seks av ti mener det er for mye drikkepress i Norge. Mest press er det i Oslo og Akershus. Det jeg prøver å si er: Jeg tror vi som ansvarlige voksenpersoner bør bli mer varsomme med spørsmål av typen «Hvorfor drikker du ikke?», «Er du gravid eller..?» eller «Er du sikker på at du har det bra?» Alkohol er det største stoffproblemet i Norge. Hver tiende nordmann er en storforbruker av alkohol. Det virker å gå i glemmeboka når vi er ute på lønningsspils med jobben og dedikerer oss hundre prosent til å få med kollegaen som sier at hen ikke har lyst på øl. «Er du helt pingle eller?» spør vi. Selv om vedkommende, for alt vi vet, nettopp har sluttet å drikke alkohol. Kanskje er hen i en vanskelig livssituasjon?

NÅR SANT SKAL SIES, skal du ikke behøve å ha et vanskelig forhold til alkohol, være syk, gravid eller leve som toppidrettsutøver for å få aksept for at du ikke drikker. Alle bør kunne takke nei og ta en alkoholfri kveld om ønskelig. Jeg skal i alle fall slutte å mase når venninna eller kompisen sier nei takk til velkomstdrink. Kanskje kan du og jeg til og med være den som står opp for personen som har lyst til å la være? ■

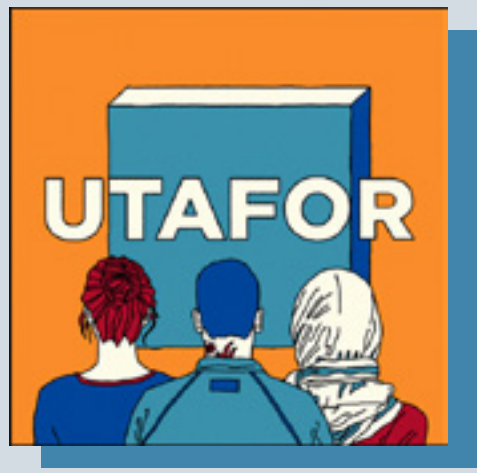
 Knut Haugsjaa AS 3855 TREUNGEN Tlf. 35 04 71 70 www.haugsjaa.no	Engelsviken Slipp AS 1628 ENGALSVIK Tlf. 69 33 31 65	Skalleberg Graveservice Gokstadryggen 17 3217 SANDEFJORD Tlf. 942 99 420	Matkroken Nordnesøy 8198 NORDNESØY Tlf. 75 09 67 13	PKF ReVisjon AS Sandstuveien 70 G 0680 OSLO Tlf. 22 78 28 00	Bruland Pallefabrikk AS Brulandsvegen 150 6813 FØRDE Tlf. 57 72 22 90
 Lillestrøm Storgata 12 2000 LILLESTRØM Tlf. 63 80 15 90	Kåre Ekrene Trafikkskole AS Ludolf Eides gate 6 5525 HAUGESUND Tlf. 52 71 75 66	Hemsedal Energi AS Hemsedalvegen 2883 3560 HEMSEDAL Tlf. 31 40 88 88	Anleggsgartner Bjørn-Thomas Bjerknes Meieriveien 7 3023 DRAMMEN Tlf. 918 67 504		Haras Eiendom AS Saura 8485 DVERBERG Tlf. 952 57 610
 Leirvikåsen 39 B 5179 GODVIK Tlf. 55 15 41 40	Ekra Gartneri og Hagesenter AS Melhusvegen 82 7083 LEINSTRAND Tlf. 72 59 42 20	 Molde folkehøgskole Raumavegen 2 6410 MOLDE Tlf. 71 25 94 70	Apotek 1 Bømlo Sortland 5430 BREMNES Tlf. 53 42 20 40	Rusettervernet i Sogn og Fjordane 6901 FLORØ Tlf. 948 34 493	BP Energi AS Nedre Industrivei 9130 HANSNES Tlf. 77 74 72 00
Norice Seafood AS Gvarvgata 39 3810 GVARV Tlf. 35 95 65 80	Ing. H. Asmyhr A.S Hvamsvingen 10 2013 SKJETTEN Tlf. 64 83 45 50	AB Maskin Bjerkhoeltunet 1 7802 NAMSOS Tlf. 74 27 61 05	Bokbinderiet Johnsen AS Bedriftsv. 68 3735 SKIEN Tlf. 35 50 41 90	Effektiv Regnskapsservice AS Kløvervegen 9 9016 TRØMSØ Tlf. 77 60 08 60	Numedal Installasjon AS Sentrum 32 3630 RØDDBERG Tlf. 32 74 14 90
ANONYM STØTTE	REMA 1000 Lierstranda Lierstranda 93 3414 LIERSTRANDA Tlf. 32 84 94 90	 Johnsen Granås AS Teiealleen 7 2030 NANNESTAD Tlf. 63 99 99 10 www.johsgranas.no	Multiconsult Storgata 35 1607 FREDRIKSTAD Tlf. 69 38 39 00	HV service AS Lierbakkene 152 3425 REISTAD Tlf. 32 85 05 00	Brødr. Gornæs ANS Bye Gård 3530 RØYSE Tlf. 913 73 211
Ballangen Camping Gjestehavn Stor-Ballangen 8540 BALLANGEN Tlf. 72 92 76 90	 Førde Vulk Halbrendøyra 9 6800 FØRDE Tlf. 57 83 08 00	Ramlo Sandtak AS Industriv 63 7080 HEIMDAL Tlf. 962 25 300	Vaktmestertjenester Bernt Dahl Kaskøvegen 23 7820 SPILLUM Tlf. 901 20 462	ANONYM STØTTE	Bertelsen & Garpestad AS Hovlandveien 70 4374 EGERSTAD Tlf. 51 46 10 80
Dykker CE Pontoppidan Symveien 19 H 3770 KRAGERØ Tlf. 908 53 119	Bertel O. Steen Vestfold avd. Tønsberg Slagenveien 67 3117 TØNSBERG Tlf. 33 37 69 00	Gudmestad Leker & Modeller AS Nordsjøvegen 1940 4365 NÆRBØ Tlf. 920 59 038	Reidar Beck & Sønn AS Industrivegen 20 2850 LENA Tlf. 61 16 34 18	Tannlegene Nesbru Senter Fekjan 11 A 1394 NESBRU Tlf. 67 20 47 00	 Hallingdal Kraftnett Lienv 41, 3580 GEILO Tlf. 32 08 71 00 www.hallingdal-kraftnett.no
Telepizza AS Gudbrandsdalsvegen 199 2619 LILLEHAMMER Tlf. 61 25 99 51	 Østfold Trafikkskole Storgata 2 1890 RAKKESTAD Tlf. 69 22 22 53	Nordlandsklinikken Buveien 75 8520 ANKENES Tlf. 76 96 56 20	Grove-Knutsen & Co A/S Brobekkv. 104 A 0583 OSLO Tlf. 22 81 26 00	Salong Alf Andersen Nedre Storg 16 3015 DRAMMEN Tlf. 32 83 24 31	 BAT Gilhusveien 19 3414 LIERSTRANDA Tlf. 32 84 98 02
 Blå Kors Fredrikstad Sandv. 15 Tlf. 69 30 18 40	Stiftelsen Ny Start i Øst Roald Amundsens veg 1 B 2816 GJØVIK Tlf. 61 13 62 00	Balke Gård Balkeveien 165 1570 DILLING Tlf. 917 91 522	 Økonomi-deler AS Bjørnstad Industriområde 1713 GRÅLUM Tlf. 69 10 23 00	Eiendomsinvest 1 AS Myrabakken Næringscenter 6010 ÅLESUND Tlf. 70 17 83 00	Braa & Sørvåg Bygg AS Tillerbruvegen 76 7092 TILLER Tlf. 72 89 45 40
 NMCU Skoggata 5, 1502 MOSS Tlf. 908 37 374	Stensrud Musikk Storg 19 3193 HORTEN Tlf. 33 04 81 30	Mirawa Restaurant Schwenckegata 1 3015 DRAMMEN Tlf. 32 83 65 85	Cb Partner Tromsø AS Storengveien 21 9151 STORSLETT Tlf. 469 12 862	 Lien's Konditori Frolandscenteret 2 4820 FROLAND Tlf. 37 03 85 97	 EGON RESTAURANT Sandnessjøen 11 - 7612 7334-82
RPTProduction AS Orstadvien 114 4353 KLEPP STASJON Tlf. 51 78 66 00	 Legedata SERVICEPARTNER Gullbringvegen 10 3800 BØ I TELEMARK Tlf. 35 06 11 50	Voss Olje Strandav. 62 5700 VOSS Tlf. 56 51 34 50	Vi har avtale med Helse Sør-Øst om 50 behandlingsplasser  RIISBY BEHANDLINGSSENTER Nordsinni 356, 2870 Dokka Tlf. 61 11 28 00 post@riisby.no www.riisby.no		
Baggerød AS Nedre vei 8 3183 HORTEN Tlf. 33 03 56 80	Byggtjenester Sør-Gudbrandsdal AS Bjørndalsvollen 1 2651 ØSTRE GAUSDAL Tlf. 958 35 848	Ulveseth Brødrene A/S Leirvikflaten 23 5179 GODVIK Tlf. 55 15 42 00			

 Blå Kors Lade Behandlingssenter Vi bidrar til at rusproblemer mestres Blå Kors Lade Behandlingssenter, Trondheim Ring: 73 84 85 00 www.ladebs.no	 Brattli Bygg Alt innen bygg og reparasjoner ANDERS WØIE Snikker og daglig leder Tjøre 85 4887 Ørnstad Tlf. 90768447 andw@tj@gmail.com www.brattlibygg.no	Elvebredden kompetansesenter Kastellvegen 19, 2080 EIDSVOLL Tlf. 63 95 65 00 http://elvebreddenkompetansesenter.no
SYSTEMVEGGER OG HIMLINGER GLASSVEGGER OG FOLDEVEGGER LYDREGULERING OG SOLSKJERMING  GHV MONTASJE www.ghv.no - 38 01 55 90	Drammens Tidende Strømsø Torg 9 3044 DRAMMEN Tlf. 32 20 40 00	Det er vi som er godkjent forsikringsparter. Raskere assistanse og enklere oppgjør.  HøytrykksVakta www.hivakta.no 24t vakt 776 77 000

«Utafor» - en podcast om å gjøre usynlige historier synlige

FINN EN AV DISSE SJU EPISODENE DER DU HØRER PODCAST!

- Alkohol: Hvorfor drikker du ikke?
- Arbeidsledighet som følge av etnisk diskriminering
- Menn som blir mishandlet av sin partner
- Rusavhengig og gravid
- Fattigdom og lavinntektsfamilier
- Arbeidsledighet som følge av fengselsopphold
- Spillavhengighet



Produsert av Synva Hjørnevik og Blå Kors

Vil stoppe avhengighets-reklamen i Sverige

Blå Kors' søsterorganisasjon i Sverige, Blåbandsförbundet, har fått nok av alkohol- og spillannonsering på TV, i aviser og på internett i tillegg til det forbundet oppfatter som skjult narkotikareklame.

AV STEINAR GLIMSDAL

I en pressemelding fra Blåbandsförbundet, som ble sendt ut i oktober, presenteres en kampanje for å stoppe det de kaller «avhengighetsannonseringen». Kampanjen retter seg mot alkohol, pengespill og narkotika, som hver for seg skaper alvorlige avhengighetsproblemer. Blåbandsförbundet ser særlig alvorlig på den skjulte reklamen som retter seg mot unge mennesker.

- VI SER AT DISSE TRE FORSKJELLIGE PRODUKTENE skaper avhengighet og det er store penger å tjene her. Dagsordenen er tydelig i avhengighetsbransjen som investerer stort, sier **Emil Gillsberg**, rådgiver i Blåbandsförbundet.

– Derfor ønsker vi nå å skape en bred opinion som kan stoppe avhengighetsannonseringen, oppfordrer Susanne Jensen, styreleder i Blåbandsförbundet.

I pressemeldingen heter det: «Ifølge svensk lov er det forbudt å markedsføre alkohol til unge under 25 år. Men det skjer allikevel gjennom bevisst eller ubevisst markedsføring. I sosiale medier vises alkohol i festlige sammenhenger og det gjennomføres også alkoholtesting der bloggere og influencere gir sine vurderinger. Siden målgruppen så tydelig er unge mennesker, betyr det at mange eldre er uvitende om det som foregår.

Den tillatte vinreklamen fyller avisene med store annonser før hver helg. Bransjen hevder selv at dette ikke øker salget, men da ville de neppe annonsert! Det samme gjelder den tilbakevendende og intense alkohol- og spillreklamen på TV.»

BLÅBANDSFÖRBUNDET GLEDER SEG over at den svenske regjering og det svenske lotteritilsynet bøtlegger og inndrar lisenser innen spillindustrien når markedsføringen blir for intens.

«Men når alt kommer til alt blir

mange mennesker gjeldstynget, og også her er unge mennesker en spesielt utsatt risikogruppe,» skriver forbundet i sin pressemelding.

NARKOTIKA ER ULOVLIG og at det er et stort flertall i det svenske folk som vil at det skal forbli slik: «Men også her er det store økonomiske interesser ute og går innen avhengighetsindustrien. Ved å fremstille cannabis som noe positivt i TV-show og sosiale medier, er dette en måte å omgå forbud på og prøve å få til holdningsendringer.»

- DET ER NÅ EKSTREMT VIKTIG at vi sammen ser, stiller spørsmål og handler for å stoppe avhengighetsannonsering. For de ubeskyttede forbrukere som ikke kan motstå, vil det innebære for mange alvorlige sosiale konsekvenser, sier **Per-Olof Svensson**, organisasjonssekretær i det svenske Blåbandsförbundet.

BLÅBANDSFÖRBUNDET LANSERER I HØST et spesielt nettsted for kampanjen: «Har du fått nok? Stopp avhengighetsskapende reklame!». På nettstedet www.fatt-nog.se finnes mer informasjon i tillegg til en ny film produsert av Blåbandsförbundet med støtte fra SAFF (Stiftelsen ansvar for framtiden).

Forbundet påpeker at «avhengighetsindustrien» investerer enorme summer på markedsføringen.

– Det er mulig å tjene store penger på produkter som forårsaker avhengighet, men kostnadene - både menneskelige og økonomiske sendes videre til pårørende og samfunnet for øvrig, heter det i pressemeldingen. ■

- I Sverige er det forbudt å markedsføre alkohol overfor unge under 25 år.
- Til tross for dette blir unge forbrukere utsatt for alkoholreklame både gjennom åpen reklame og i sosiale medier.
- Annonseringen i Sverige for spill er aggressiv, og ofte designet for å appellere til unge forbrukere.
- I dag spiller 15 prosent av svenske gutter 9. klasse om penger hver måned.
- Svensk narkotikapolitikk har stor støtte i opinionen, men sterke økonomiske interesser presser på for å legalisere cannabis.
- Et enkelt søk på ordet «cannabis» på et av de store streaming-tjenestene genererer hundrevis av treff. Tegneserier og filmer ufarliggjør cannabis, romantiserer og normaliserer narkotikabruk.

Kilde: Det svenske Blåbandsförbundet

FAKTA



«Har du fått nok? Stopp avhengighetsskapende reklame!» sier Blåbandsförbundet, Blå Kors' søsterorganisasjon i Sverige. (Skjerm bilde av det nye nettstedet)

Gi noen en gave. Gi dem tid.

Dette er appellen helseminister Bent Høie (H) holdt under Verdensdagen for psykisk helse, 10. oktober i år.

NOEN AV OSS FØLER AT VI HAR FOR LITEN TID. Vi står opp tidlig og legger oss sent for å utnytte mest mulig av døgnet minutter og timer. Vi stresser med prestasjonene og telefonene. Vi sluker maten og salaten. Vi løper på butikken og vi løper etter trikken.

NOEN AV OSS FØLER AT VI HAR FOR MYE TID. Vi står opp sent og legger oss tidlig for å bruke opp mest mulig av døgnet minutter og timer. Vi stresser ikke med verken prestasjoner eller telefoner. Vi bruker lang tid på maten og salaten. Vi går sakte til butikken og tar alltid neste trikken.

I DAG ER DET VERDENDSDAGEN FOR PSYKISK HELSE. Årets tema er å gi hverandre tid. Tid er en helt spesiell gave. Du kan ikke gjemme den bakerst i skapet og gi den til skolens lopemarked neste vår. Du kan ikke bytte den i drillen du drømmer om eller gensen du

ønsker deg. Du kan ikke pakke den inn og gi den til naboen som fyller femti neste uke.

NÅR NOEN GIR DEG TID - MÅ DU GI TID TILBAKE. Der og da. Her og nå. Du må se opp fra telefonen og glemme prestasjonen. Du må hilse over salaten og slå av en prat over maten. Du må smile på butikken og stoppe opp på vei til trikken.

NÅR VI GIR HVERANDRE TID, GIR VI HVERANDRE OPPMERKSOMHET. Vi ser og hører hverandre. Å bli sett og hørt av andre mennesker gjør dagene lysere og lettere. Å bli sett og hørt av andre mennesker gir bedre helse og bedre trivsel.

SÅ, KJÆRE VENNER. GI NOEN EN HELT SPESIELL GAVE I DAG! GI DEM LITT TID. DET HAR DU TID TIL.

Bent Høie



Helseminister Bent Høie (48) holdt appell på Verdensdagen for psykisk helse. (Foto: Høyre)

BERGENSKLINIKKEN BLIR EIN DEL AV HELSE BERGEN

I eit ekstraordinært styremøte tysdag 1. oktober vedtok styret i Helse Bergen å inngå avtale med Stiftelsen Bergensklinikkene om overdraging av verksemd og aksjar, skriv Helse Bergen på si nettside.

AV STEINAR GLIMSDAL

– Vi er glade for at styret sa ja til overdraging av verksemda, seier administrerende direktør Eivind Hansen i Helse Bergen.

– Dette gir oss moglegheita til å sikre tilbodet innan rusbehandling i vårt opptaksområde, noko vi meiner er både viktig og riktig. Ved ei integrering av Bergensklinikken i Helse Bergen kan vi sikre tilbodet til ei sårbar pasientgruppe, og vi kan òg ta vare på eit fagmiljø som er bygd opp over lang tid. Vi vil rigge oss godt for å ta vare på pasientane og fagmiljøa i både Bergensklinikken og Helse Bergen.

IFØLGJE DIREKTØR EIVIND HANSEN VIL INTEGRERING på sikt kunne gie faglege synergjar med betre pasientløp og ei større grad av felles fagleg strategisk tenking i heile opptaksområdet, inkludert fagleg integrasjon mellom psykisk helse og rus. Ein integrasjon av Bergensklinikken vil ikkje påverke budsjetta til Helse Bergens klinikk og einingar i 2019 og 2020.

– Over tid trur vi det vil vere mogleg for Helse Bergen å ta ut synergjar som gjer at vi kan drive innanfor dei tilgjengelege økonomiske rammene, seier Hansen. ■

Blå Kors kommuniserer på nye måter

Blå Kors er opptatt av å stå enda tydeligere frem i det offentlige rom. Vi vil formidle informasjon om våre tjenester, og la vår røst lyde inn i diakonale og ruspolitiske debatter. Vi ønsker slik å få størst mulig gjennomslag hos folk flest.

Målgruppene for Blå Kors' kommunikasjonsarbeid er mange: Blå Kors' egne medlemmer og egne ansatte, våre givere og støttespillere, organisasjonslivet, organisasjonsmedlemmer under Blå Kors-paraplyen, politikere, ansatte innen helse- og omsorgsfeltet og mediefolk. I høst er grønt lys gitt til Blå Kors' markeds- og kommunikasjonsavdeling om å satse på flere nye og spennende plattformer.

I 2020 SATSER VI FRISKT på et digitalt nyhetsbrev som skal komme ut hver 4. til 6. uke. Det gjør at vi kan være enda mer relevante og tidsaktuelle for våre lesere. Målgruppene for nyhetsbrevet vil være de samme som i dag mottar Rusfri, i tillegg vil vi kunne komme ut til flere som ønsker å høre om Blå Kors arbeidet – og nå også på en kostnadseffektiv og miljøvennlig måte. For de av våre mottakere som ikke forholder seg så godt til det digitale vil det bli trykket et enkelt nyhetsbrev fire ganger i året.

Fra i høst er det blitt arbeidet iherdig med en ny og bedre

hjemmeside for Blå Kors, blakors.no, og resultatet kan sees allerede nå i desember. Vi håper at denne nye plattformen vil være attraktiv å slutte seg til for våre mange virksomheter. På denne måten vil vi få økt digital kraft og tilstedeværelse. Vi vil samtidig bli betydelig mer synlige i «søkeuniverset» og det offentlige rom.

BLÅ KORS' AKTIVITET I SOSIALE MEDIER ER I VEKST. Blå Kors' Facebook-side har i dag nær 31.000 følgere, vi regner dem alle som kjærekomne støttespillere for Blå Kors. Vi jobber også med å bygge opp en tydelig Instagram konto med fokus på yngre målgrupper. En tredje kanal vi mener er viktig er LinkedIn. Den er viktig å bygge opp både for å gjøre Blå Kors enda mer attraktiv som arbeidsgiver, men også for å formidle fagstoff.

På en helt annen arena følger vi opp den gode dialogen med våre folkevalgte på Stortinget og i kommunene, og ansatte i departement og i kommuneadministrasjonene.

SATSNINGEN BESKREVET HER krever både tid og ressurser. Vi har derfor måttet se nøye på hvordan vi bruker våre ressurser i dag. Blå Kors landsstyre har bestemt at «Blå Kors-magasinet Rusfri» legges ned fra og med 2020. Dette vil frigjøre ressurser til den nye kommunikasjonsatsningen. Det er med andre ord det siste nummeret av Rusfri du holder i dine hender. Vi er i år oppe i vår 11. årgang. Magasinet tok opp tråden i 2009 etter avisa Blå Korsbladet (etablert 1915) og bladet Rusfri (tidligere Vardevakt, etablert 1925).

Har vi registrert din e-post-adresse vil du automatisk motta vårt nyhetsbrev, men selvfølgelig med anledning til å melde deg av dersom du ønsker det. Hvis du vet at vi ikke har din e-postadresse eller er i tvil, kan du sende en epost til redaksjonen@blakors.no eller melde deg på nyhetsbrevet når denne muligheten kommer på nye blakors.no.

*Red
P.S. Les også leder-artikkelen
på side 02.*

Blå Kors Generalforsamling 2020

Ordinær generalforsamling i Blå Kors finner sted **fredag 5.–lørdag 6. juni 2020**. Etter Blå Kors' vedtekter har alle Blå Kors' medlemmer som har betalt sin kontingent innen dette årets utgang, altså innen 31.12.19, forslags-, tale- og stemmerett ved generalforsamlingen i 2020.

Forslag som ønskes behandlet på generalforsamlingen må inngis skriftlig og være landsstyret i hende senest tre måneder før generalforsamlingen, altså torsdag 5. mars 2020. Forslag til kandidater til landsstyret, BKU-rådet og valgkomiteen skal etter vedtektene være lederen i valgkomiteen i hende senest tre måneder før generalforsamlingen, torsdag 5. mars 2020. Ytterligere informasjon får du hos administrasjonskonsulent Ole Dokkehaug, ole.dokkehaug@blakors.no.

De som velges til tillitsverv i Blå Kors må være medlem av Blå Kors Norge eller representere en av organisasjonsmedlemmene. (Rusfri)

VI GRATULERER!

100 ÅR

Onsdag 11. desember fyller Blå Kors-veteran **Johannes Løken**, Oslo, 100 år.

Johannes Løken (foto) var i mange år tidgiver i Blå Kors, bl.a. som formann i Oslo krets. Min sin ingeniør- og murerbakgrunn var han en gave til det viktige arbeidet med å forvalte «arvesølvet» i hovedstaden, den store Blå Kors-gården i Storgata.

Johannes har alltid vært glad i sang og musikk, og var i mange år med i Blå Kors-gruppen «Sangbrødrene» som turnerte land og strand sammen med Blå Kors' sosialsekretær Ingvald Nyhus. Det handlet om å skape entusiasme og støtte til Blå Kors' omfattende behandlings- og omsorgsarbeid. Gruppens turnévirkoshet førte Johannes Løken til Bergen der han traff sin kommende kone Agnes.

Johannes Løken ble født i Grimstad, og startet sin yrkeskarriere hos sin far, J.C. Løken. Ved endt utdannelse ved



Statens teknologiske institutt avla han svenneprøven som murer i 1950.

I 61 år har Johannes Løken vært medlem av pinsemenigheten Saron i Oslo. Han er pensjonert overingeniør fra Bygge-etaten i Oslo kommune som var hans arbeidsgiver gjennom 30 år. Johannes Løken, som har vært bosatt i Oslo siden 1949, feirer dagen på Skøyen sammen med sin kone, parets to sønner med familier, annen familie og gode venner. **VI GRATULERER!**

80 ÅR

Blå Kors' landsstyreleder i perioden 1999-2011, **Sigbjørn Kvistad**, fylte 80 år søndag 24. november. Sigbjørn, som bor i Drøbak, har vært en svært aktiv pensjonist og jevnlig vært engasjert til organisasjons- og stabsutvikling for frivillige organisasjoner og næringsvirksomheter. Han har vært en aktiv lokalpolitiker for KrF. Han har sittet i Frogn kommunestyre og var tidligere også ordfører i Ørsta nær sine hjem-

trakter på Sunnmøre. Sigbjørn var i mange år personalleider i Normisjon. **VI GRATULERER!**

70 ÅR

Tirsdag 12. november fylte **Per Askilsrud**, Hønefoss, 70 år. Per er en kar med et sterkt engasjement for barn og unge, og for dem som har det vanskelig. Fra 1990 til 1993 drev han sammen med sin kone Jorun Nordli Omsorgshjem for rusavhengige. Deretter ble det jobb ved Evangeliesenteret fra 1994 til 1996 og ved Blå Kors Oslo krets fra 1997 til 1999, blant annet som fylkessekretær for Buskerud.

Per Askilsrud var med å etablere Stjerne-Gruppen Ringerike AS og var styreleder der noen år fra år 2000 samtidig som han hadde et drosjefirma fram til 2005. Han var ansatt som avdelingsleder i Stjerne-Gruppen Ringerike AS fra 2005 til 2010 da han ble pensjonist.

Per har vært og er aktivt med i Metodistkirka på Hønefoss der han også taler noen ganger i året. **VI GRATULERER!**

Et levende nettverk

I november var en glad gjeng på nesten 300 ansatte og tidgivere i Blå Kors samlet til todagens nettverkskonferanse på Fornebu utenfor Oslo.

Hovedoverskriften for konferansen var «Sammen skaper vi Norges mest inspirerende og meningsfylte arbeidsfellesskap». Blant foredragsholderne var

Rune Andersen, Hanne Brorson, Halvor Haukerud, Hilde Jeanette Løberg og Geir Jørgen Bekkevold. En politisk debatt om ideelles plass i helse- og omsorgssektoren ble det også tid til. En av de definitive høydepunktene under nettverkskonferansen var utdelingen av «Blå Kors hederspris 2019» til rektor ved Øvrebo videregående skole, **Ole Arild Endresen** (66).

Vinneren har jobbet i Blå Kors nesten hele sitt yrkesaktive liv. Han begynte som sivilarbeider ved «Landsheimen» i Vennesla. Her var det

også et tilbud om tekniske fagkurs for pasientene, og prisvinneren har vært en avgjørende drivkraft for å bygge opp en moderne yrkesfaglig skole for elever med behov for særskilt tilrettelegging, det som i dag er Øvrebo videregående skole.

Juryen skriver om Ole Arild: «Skolen har mottoet 'Et mål for alle, alle i mål'. Dette kjennetegner også prisvinneren, som tenker skole først og sist og som alltid ser etter nye muligheter for å legge til rette for utvikling.» (Rusfri) ■



Verkstedveien 52 - 3516 HØNEFOSS
Tlf. 32 17 97 50 - www.hro.no

Fløvegen 4
6800 FØRDE
Tlf. 57 72 55 90
www.comfort.no

Sjøgata 2
9008 TROMSØ
Tlf. 77 66 66 30

Vatnadalsvegen 80/82
5414 STORD
Tlf. 53 40 30 30/35
www.jentespranget.no

Selvhjelpside for deg med psykiske plager
Videreutdanninger i kognitiv terapi for helsepersonell
www.kognitiv.no
post@kognitiv.no
90 54 37 54

Sivring Trond Amundsen
Rådgivende ingeniør i byggeteknikk
Riddervolds gate 13, 7052 TRONDHEIM
Tlf. 924 10 531 - www.sivingamundsen.no

Morenefaret 5, Bryne • Tlf. 51 48 67 40
E-post: firmapost@el-team.net
www.el-team.net

Langgaten 48
3080 HOLMESTRAND
Tlf. 33 09 95 00
www.noah.no

Telefon 38 18 50 00
www.trucknor.no

JØLSTER BYGG
Håndverk & livnende tre
6847 VASSENDEN
Tlf. 57 72 74 15

VIC Kjempud
Nedre Storgate 9, 3015 DRAMMEN
Tlf. 32 83 29 45

Psykisk helsevern - Døgn-/dagtilbud og arbeidstrening
Veumlia 1, 1615 FREDRIKSTAD
Tlf. 69 31 65 01 - www.liagaard.no

ALKOHOLPROBLEMER
Privat behandling med individuelle opplegg
Enesamtaler - Diskusjon
Enerom med dusj/wc
Ingen personlig utlevering i gruppe
Muligheter for lam. samtaler og ettervern
Vakre og rolige omgivelser
KILDEVANGEN
Skreia i Oppland
TLF. 61 16 28 00 www.kildevangen.no

Kristiansand fengsel
Kriminalomsorgen region sørvest
Rådhusgata 34, 4614 KRISTIANSAND S
Tlf. 38 12 00 40

Biv. 21, 1658 TORP - Tlf. 69 34 53 35

Skade, lakk og glasverkstad på Hafstadflata i Førde
Åpent: 07:30 – 16:30 ☎57 83 72 50

BYGGMESTER
BROMSVEIEN 23, 3183 HORTEN, Tlf. 33 04 59 87
post@knutlangaas.no www.knutlangaas.no

Christensen
Teppe & Tapet Håndverk AS
Tollbug 16 A, 3044 DRAMMEN
Tlf. 32 83 20 74 - www.ctth.no

Holmestrand
Fjellsprengeing AS
Lørdalsv 19 A
3092 SUNDBYFOSS
Tlf. 977 70 798

TLF 47 68 33 85

Rusbehandling nytter!
www.phoenixhaga.no - Tlf. 69 89 82 50

Søndre Tollbodgate 17, 9008 TROMSØ
Tlf. 451 51 414 - www.allertsen.no

Dagstelefon 60 130 130, Vikregata 29
© Jølstad Begravelsestjeneste www.jolstad.no

Sundbyveien 12, 3490 KLOKKARSTUA
Tlf. 32 79 36 80
www.rodbysetra.no

Avdeling for barne- og ungdomspsykiatri og barnehabilitering
Klinikk for psykisk helsevern og rusbehandling
Kalmesveien 300, 1714 Grålum
Telefon: 69 86 00 00

• Godt tilrettelegging
• Fullverdig kompetansebevis
• Ingen skolepenger
• Egen skolekysa-ordning
• Individuelle læringsforløp
• Sosial- og helsefaglig støtte

• TEKNIKK OG INDUSTRIELL PRODUKSJON
• BYGG- OG ANLEGGSTEKNIKK • SERVICE OG SAMFERDSEL
• HELSE OG OPPVEKST

Blå Kors
Øvrebo videregående skole
VELKOMMEN TIL SKOLEN!
Tlf: 38 15 27 77 | www.ovrebo.vgs.no | post@ovrebo.vgs.no

Vestre Viken HF
Helse Sør-Øst
- Klinikk for psykisk helse og rus
Erik Børresensalle 11-14, 3015 DRAMMEN
Tlf. 03 525 - www.vestreviken.no

Vi har avtale med Helse Sør-Øst om 50 behandlingsplasser

RIISBY
BEHANDLINGSSENTER
Nordsinni 356, 2870 Dokka Tlf. 61 11 28 00
post@riisby.no www.riisby.no

Barn i faresonen

orkdal.kommune.no

vestnes.kommune.no

hoylandet.kommune.no

grimstad.kommune.no

Sømna kommune
Psykiatritjenesten
somna.kommune.no

haegebostad.kommune.no

Sørur kommune
Psykisk Helse og Rus
sorum.kommune.no

aurland.kommune.no

stange.kommune.no

Barneverntjenesten
Bjørholthagan 6
2008 FJERDINGBY
Tlf. 63 83 51 10
ralingen.kommune.no

afjord.kommune.no

Barneverntjenesten
klepp.kommune.no

oppegard.kommune.no

kongsberg.kommune.no

Avdeling for psykisk helse og rus
marnardal.kommune.no

Tjeneste for psykisk helse og rus
faerder.kommune.no

Nord-Aurdal kommune
Psykisk Helse
nord-auerdal.kommune.no

hole.kommune.no

Nesset kommune
avd for Helse og Forebyggende
nesset.kommune.no

DYNATEC Rakkestadv 1 1814 ASKIM Tlf. 69 83 80 10	HallingKonsult Flå IT-Senter 3539 FLÅ Tlf. 32 05 38 10	Eidsberg Regnskapslag Anton H. Mysensgt 13 1850 MYSEN Tlf. 69 84 60 90	Byggmesteren Tromsø AS Ringvegen 75 9018 TROMSØ Tlf. 77 60 00 62	Vinstra Begravelsesbyrå Liv Veikleenget Rustvegen 317 2640 VINSTRA Tlf. 958 99 899	hetco Storgata 6 3502 HØNEFOSS Tlf. 32 12 73 84
Syljuåsen Oppland AS Kallerudlia 15 2816 GJØVIK Tlf. 61 14 50 80	Drangedal Rør A/S Lille Tørdal 3753 TØRDAL Tlf. 926 06 152	Storehagen 4 6800 FØRDE Tlf. 57 72 50 00	Bekom AS Borgenvegen 311 1923 SØRUM Tlf. 934 03 414	Utstillingsplassen Eiendom AS Vangsvegen 111 2318 HÅMAR Tlf. 62 00 54 50	Per Reboli AS Markavegen 9 2920 LEIRA I VALDRES Tlf. 61 36 25 55
Ole M. Almeli AS Bølervegen 71 2020 SKEDSMOKORSET Tlf. 63 95 50 44	Odd Gløditsch AS Dronningens gate 3 3211 SANDEFJORD Tlf. 33 44 83 20	NK Elektriske AS Svangstrandv. 2 B 3410 SYLLING Tlf. 32 84 66 00	MELHUS REGNSKAP Melhusvegen 417 7224 MELHUS Tlf. 72 87 82 00	BERGMAN Jogstadv 21 2007 KJELLER Tlf. 63 83 57 50	Vestviken Boring AS Tyribakken 5 3941 PORSGRUNN Tlf. 993 00 055
Alta Kraftlag a/l Markv. 46, 9510 ALTA Tlf. 78 45 09 00 www.altakraftlag.no	Jobberiet AS Stasjonsveien 27 1940 BJØRKELANGEN Tlf. 63 85 38 00	Malmestrene BMV AS Gammelseterlia 7 6422 MOLDE Tlf. 71 20 13 50	REMA 1000 Osloveien Osloveien 10 3511 HØNEFOSS Tlf. 32 12 92 50	Kirstis Helseterapi Fridtjof Nansens gate 21 3722 SKIEN Tlf. 35 52 09 60	Farsund Voksenopplæring Ore, 4560 VANSE Tlf. 38 39 46 70
Arleggspartner Nordengen AS Lundedalslia 19 3940 PORSGRUNN Tlf. 930 45 353	Multiconsult Sjølundvegen 2 9016 TROMSØ Tlf. 77 60 69 40	Trygg Takst Kanalgata, 3263 LARVIK Tlf. 478 09 060	Yri Sand AS 6789 LOEN Tlf. 57 87 60 40	Lillerønning Kotsøy, 7387 SINGSÅS Tlf. 72 43 60 60 www.lillerønning.no	Blåseisolasjon AS Dalstubbene 10 3520 JEVNAKER Tlf. 939 30 096
Kongsberg Hamslarje HELSEARTIKLER Kongst. 3 3615 Kongsberg	autostrada Lyngbakkvegen 1 3736 SKIEN Tlf. 35 58 70 70 www.autostrada.com	Mestringshusene AS Follsjøveien 1276, Bolkesjø 3680 NOTODDEN Tlf. 35 01 95 00	REMIKS - en viktig brikke i ALL avfallsbehandling 9275 TROMSØ - Tlf. 77 60 19 00 - www.remiks.no		
Solskjermings GRUPPEN Solskjermings	Prima Sol Byflatv. 163 2385 BRUMUNDAL Tlf. 917 03 165 www.primasol.no	Helse Møre og Romsdal HF Alesund behandlingssenter Vestmoa 27, 6018 ÅLESUND Tlf. 70 10 50 00	Songvaar Verdifulle - Engasjert - Smidde Viktig Tiltaksplan, Arbeid og Arbeidsforberedende Trening: www.songvaar.no		
Braathe GRUPPEN Nærumveien 24 1580 RYGGE Tlf. 69 01 30 00 www.braathe.no	HELSE BERGEN Haukeland universitetssykehus Divisjon psykisk helsevern Jonas Liesvei 65, 5021 BERGEN Tlf. 05 300 - www.helse-bergen.no	Grubeli Rehabiliteringssenter Høgåsveien 320, 4440 TONSTAD Tlf. 38 37 06 30	SYKEHUSET ØSTFOLD Avdeling for barne- og ungdomspsykiatri og barnehabilitering Klinikk for psykisk helsevern og rusbehandling Kalnesveien 300, 1714 Grålum Telefon: 69 86 00 00		
FOLLO TAXI På veien for deg! Ring 64 85 68 68 www.follo-taxi.no	PRIVAT OMSORG NORD NÆRT & KJERT Strandvegen 106, 9006 TROMSØ Tlf. 906 22 364 - www.privat-omsorg.no	NSF-SPOR NSF's FAGGRUPPE FOR SYKEPLEIERE INNEN PSYKISK HELSE OG RUS NSF-SPOR er en faggruppe for sykepleiere med engasjement og interesse innen psykisk helse- og rus- feltet. Mange av våre medlemmer har videreutdanning. Vårt formål er å utvikle og øke kompetansen innen psykisk helse og rusfeltet, slik at vi til enhver tid kan yte den sykepleie befolkningen har behov for. Følg oss på facebook: SPOR (NSF's faggruppe for sykepleiere innen psykisk helse og rus)	Capio Anoreksi Senter Jens Wilhelmsensg 1 - Inngang E, 1671 KRÅKERØY Tlf. 69 36 19 00 - www.capioanoreksisenter.no		

Utenforskap – hva er det egentlig?

Hvordan er det egentlig å være småbarnsmor og leve for tusen kroner i uka? Ville du vært villig til å bytte navn for å få jobb? Hvordan opplever en tørrlagt alkoholavhengig å gå på fest?

AV JANKA EKREM HOLSTAD

Disse spørsmålene og mange flere skal Blå Kors i tiden fremover løfte inn i samfunnsdebatten fra mennesker som lever utafor fellesskapet. Vi gjør dette fordi utenforskap er et stort samfunnsproblem vi snakker for lite om. Utenforskap kommer i mange former: psykisk og fysisk sykdom, frafall i skolen, arbeidsledighet, mobbing, ensomhet, barnefattigdom, rus og spillavhengighet, diskriminering på grunn av etnisk bakgrunn, funksjonshemming, soning i fengsel. Listen er lang, det er mange vonde veier som fører et menneske ut av fellesskapet mange av oss tar for gitt. I Blå Kors møter vi daglig mange av dem som lever utafor.

DE SOM DELER SINE HISTORIER MED OSS forteller om ganske ulike livssituasjoner, men med en klar fellesnevner: Befinner man seg utafor, kan det som er ganske vanlig være ganske vanskelig. Som en rusavhengig i behandling hos Blå Kors formulerte det:
– Folk som ikke selv har rusproblemer tar gjerne seg selv som

utgangspunkt når de vurderer hva som er vanskelig og lett. Dagligdagse, vanlige ting som å komme seg opp om morgenen, gå en tur, handle i butikken, planlegge dagen. Ingenting av dette er noen selvfølge for meg. Alt dette er noe jeg må jobbe med. Det handler ikke bare om å la være å drikke. Det føles som å rykke tilbake til start, lære å leve et normalt liv. Det er ikke lett når du ikke har gjort det før.

Å HANDLE I BUTIKKEN, for eksempel, kan være fryktelig vanskelig for en person med angst. Å gå på fest for en tørrlagt alkoholiker kan fortone seg som en serie med avhør. «Hvorfor drikker du ikke?» Før var problemet drikkingen, nå er problemet at han ikke drikker. Slik leder utenforskap på én arena fort til utenforskap på en annen arena.

MENS DET ER MANGE VONDE VEIER som fører til utenforskap, er det kun en hovedvei tilbake inn i fellesskapet. Langs den veien står det medmennsker som er villige til å lytte,

forstå og hjelpe. Den som havner utafor trenger nemlig hjelp til komme inn igjen. Faller vi utafor, er det lite hjelp og trøst å finne i en stortingsmelding eller festtaler om inkludering, integrering og fellesskap. Det vi trenger er å bli møtt av medmennsker. Mennsker som ser, bryr seg og hjelper.

VÅR ERFARING I BLÅ KORS tilsier at nettopp slike medmennsker er det mange som ønsker å være. Samtidig opplever vi at stigmaene, fortielsen og kunnskapsløsheten ofte står i veien. Mennsker som ikke selv har kjent på utenforskap, vet for lite om hva utenforskap innebærer. Mer kunnskap til flere, er noe av det vi ønsker å oppnå med å sette søkelyset på utenforskap og å dele historier fra dem som lever utafor. Skal mennsker som opplever ensomhet og utenforskap oppnå å bli inkludert i samfunnet, er de avhengige av at menneskene rundt dem ser mennesket og ikke bare den rusavhengigefor eksempel.



KRONIKK

«Å gå på fest for en tørrlagt alkoholiker kan fortone seg som en serie med avhør. «Hvorfor drikker du ikke?» Før var problemet drikkingen, nå er problemet at han ikke drikker.

JANKA EKREM HOLSTAD er direktør for Blå Kors Divisjon Behandling.

Mulighetenes tid

I EN ORGANISASJON ER DET FORT GJORT Å TENKE at muligheter avhenger av eksterne forutsetninger og økonomiske rammevilkår. Disse forutsetningene ser for tiden gode ut for Blå Kors, med et stort og positivt rom for ideell vekst. Det har imidlertid ikke alltid vært sånn, og det blir for snevert å bare knytte muligheter opp til eksterne forutsetninger. Forutsetningene for Blå Kors sitt arbeid har variert opp gjennom årene, og slik vil det også være i årene framover. Det som imidlertid har preget denne organisasjonen er at den alltid har hatt noen mennesker som har sett etter de gode mulighetene, uansett.

DA ER VI VED ET VIKTIG POENG: For dem som ser etter muligheter, vil mulighetenes tid alltid finnes.

Da Blå Kors ble startet var det mennesker som så uløste behov i samfunnet, tok ansvar, utviklet kompetanse og satt mennesket i sentrum. Dette skal også prege Blå Kors framover: Vi skal være en organisasjon som alltid ser etter muligheter! Det skal vi gjøre for å videreutvikle våre virksomheter, med høy kvalitet og stort engasjement. Det skal vi også gjøre på nye arbeidsområder, der vi enten blir utfordret til å ta en rolle eller der vi selv mener at vi bør ha en.

DETTE ER SISTE NUMMER AV RUSFRI. Nye tider krever nye kommunikasjonsformer. Derfor er målet å bruke ressursene til å utvikle nye kommunikasjonsmuligheter – og nå enda lengre og bredere ut. På den måten kan vi både spre kunnskap og øke tilgjengelighet, slik at de som trenger å komme i kontakt med oss lettere kan gjøre det. Vi

er også i ferd med å utvikle flere internettbaserte tilbud, særlig i målgruppen barn og unge. Nye tider forutsetter nye arbeidsformer.

DET NÆRMERER SEG JUL. Julen feirer vi gjennom årets mørkeste tid, og vi feirer den med å tenne så mange lys som mulig i hytter og hus. Julen er feiringen av lyset som kom til verden, lyset som skinner i mørket.

Alle som har gått på et nederlag eller som sliter med livets små og store utfordringer vet noe om hvor viktig det er ikke å miste håpet om at ting kan forandre seg, at mørke kan forvandles til lys, at sorg kan vendes til ny glede.

DET ER MANGE FINE ORD I BLÅ KORS SIN VISJON. «Hjerte», «kunnskap», «kraft», «mestring» og «mening». Det aller vakreste ordet for meg er allikevel ordet «muligheter». Dette

ordet har kraft til å løfte ut av opplevelsen av at alt er tapt eller at noe aldri kan bli bra igjen. Det kan bære ut av nederlag og gi nytt liv til drømmer som har blitt knust langs veien.

SØREN KIERKEGAARD HAR SAGT DET VELDIG FINT: «Skulle jeg ønske meg noe, da ville jeg ikke ønske meg rikdom eller makt, men mulighetenes lidenskap. Det øye som overalt, evig ungt, evig brennende, ser muligheten.»

Noen ganger har vi den lidenskapen eller det øyet selv. Når vi ikke har det, kan vi be noen andre om å ha det for oss. På den måten kan vi bære hverandre, holde håpet og troen levende.

MULIGHETENES TID kommer noen ganger av seg selv. Andre ganger må den skapes.

For dem som ser etter muligheter, vil mulighetenes tid alltid finnes. ■

Da Blå Kors ble startet var det mennesker som så uløste behov i samfunnet, tok ansvar, utviklet kompetanse og satt mennesket i sentrum, skriver Kjetil Haga. Her et foto fra åpningen av «Blåkorshjemmet» på Eina i 1909.



Kjetil Haga
AV KJETIL HAGA
GENERALSEKRETÆR
BLÅ KORS NORGE

« Det er mange fine ord i Blå Kors sin visjon. «Hjerte», «kunnskap», «kraft», «mestring» og «mening». Det aller vakreste ordet for meg er allikevel ordet «muligheter».



Returadresse:
Blå Kors Norge
Storgata 38
NO-0182 Oslo

Ettersendes ikke ved varig adresseendring, men sendes tilbake
til avsenderen med opplysning om den nye adressen.

**B ØKONOMI
ÉCONOMIQUE**



NORGE P.P. PORTO BETALT

En Ganske Vanlig FotballCup på Bønes

I oktober ble det arrangert «En Ganske Vanlig FotballCup» på Insport Arena på Bønes i Bergen. En omfattende dugnadsinnsats fra mange gode krefter gjorde det mulig.

AV STEINAR GLIMSDAL TEKST / ADRIAN GRINDBAKKEN FOTO

SRF (SALGS- OG REKLAMEFORENINGEN) Bergen og Insport Arena støtter Blå Kors Steg For Steg Bergen som tidgivere. SRF Bergen hadde gjort en rekrutteringsinnsats ved å invitere sine medlemsbedrifter til å være med, og Insport Arena ga av sin tid ved å legge til rette for bruk av den godt utstyrte sportshallen.

TOTALT STILTE 16 LAG TIL CUP. Fjordkraft, Hansa Borg, Sea Cargo, Canon, Clarion Hotel og Ulriken 643 var blant bedriftene som stilte til fotballdyst. SRF sitt initiativ har i tillegg bidratt til å samle inn verdier for kr 100.000. Disse går uavkortet til Blå Kors Steg For Steg. Også fotballaget til SRF deltok helhjertet i En Ganske Vanlig FotballCup.

STEG FOR STEG SITT GODE SAMARBEID MED BRANNS GATELAG resulterte i en «Charity Shield»-finale. Gatelaget stilte også opp

med lisensierte dommere til cupen. Det må sies at gatefotballaget til Blå Kors Steg for Steg Bergen var heltente både før og etter sin Charity Shield-kamp.

Tony Ågotnes var speaker. Han var samtidig fullt opptatt med å spille inn sin faste podkast «Hordalandsfotball». Her var det mulig for flere av deltagerne å si litt om det å være tidgiver, om fotball som et bidrag i tilfriskningen og viktigheten av både bedrifters og enkeltpersoners sosiale engasjement.

DET BLE EN SOLID SOSIAL RAMME RUNDT CUPEN med servering av kaffe, vafler og «mixed zone» hvor alle som deltok kunne stille med stands og mingle. Her var det også tidgiver-aktiviteter i form av lagfotografering og minisessions med muskelterapi. Også ble det delt ut Olden-vann til alle takket være Hansa Borg!

– Dette ble en flott dag med gode

aktiviteter for mennesker i utfordrende livssituasjoner, kommenterte leder av Blå Kors Steg for Steg på landsplan, **Stig Söderström**. – Vi setter stor pris på SRF som har maktet å engasjere bedrifter og enkeltmennesker til å være tidgivere for Blå Kors. Denne fotballcupen har organisert en innsamling til Blå Kors, men også skapt holdningsendringer og evnet å bygge samarbeid og nettverk, sa Söderström, som var den som fikk æren av å overrekke vinnertrofeet til Sea Cargo-laget.

SÅ TIL SLUTTRESULTATENE: Hovedfinalen mellom Sea Cargo og Sølvrev AS endte 6-3 til Sea Cargo, mens Charity Shield-kampen mellom Gatelaget Brann og Steg for Steg Bergen endte 3-1 i Gatelagets favør. Alle lagene kunne gratulere hverandre med helhjertet innsats på fotballbanen denne oktoberhelgen på Bønes! ■

