

›Ny tid för Grönland ›Världens barn i Uganda ›Andas rätt ›Paul Hansen
GRANSKNING Cannabis vanligare bland unga i Lund

accent



ROY ANDERSSON

Engagerad och bedrövad över samtiden

Cannabis vanligare i Lund

8 GRANSKNING I den välmående lärdomstaden Lund är det närmare tre gånger så vanligt att unga testar cannabis som i övriga landet. Hög utbildning och liberala attityder hos både föräldrar och barn är kännetecknande för staden. Forskare beskriver inställningen som amerikansk.

REPORTAGE



Ny tid väntar Grönland

24 GRÖNLAND Klimatförändringar, självständighetssträvan och alkoholproblem är tre frågor som kommer att präglade Grönland lång tid framöver. Accent besökte ön och träffade politikern, musikern och nyktre alkoholisten Lars-Emil Johansen.

INTERVJU

Roy Andersson

32 INTERVJU Filmskaparen Roy Andersson är bedrövad över hur egotrippat och cyniskt vårt samhälle har blivit och tycker inte att det är ett dugg konstigt att folk dränker sin ensamhet i alkohol och andra droger.



GODA LIVET

Minska stressen genom rätt andning

36 ANDNING Stress påverkar vår andning. Och tvärtom. Genom att förändra hur vi andas kan vi minska kroppens stresspåslag. Det säger Nils Edelstam, läkare på PBM stressmedicine i Stockholm.

OPINION

Därför ska alkoholen säljas på Systemet

4 LEDARE Om alkohol får säljas i matbutiker, får det dramatiska konsekvenser för konsumtionen och därmed också för dödlighet, skador och våld.

Nya kulturyttringar – hot eller möjligheter

18 ESSÄ Hur reagerar föräldrar inför nya kulturyttringar, inför det nya hotfulla som vi inte riktigt förstår oss på?

AKTUELLT

Systembolaget räddar 1500 liv varje år

14 SYSTEMBOLAGET En ny studie visar att Systembolaget räddar 1 500 liv varje år genom att alkoholen säljs där och inte i matbutikerna.

Egna viljan viktigaste motivet till förändring

20 I FOKUS Det viktigaste motivet för att söka hjälp för alkoholproblem är den egna viljan att förändra sitt liv visar studie vid Göteborgs universitet.

KULTUR

Lo Kauppi lämnar det förflutna bakom sig

39 LO KAUPPI Succépjäsen 'Bergsprängardottern som exploderade' har blivit bok. Nu vill Lo Kauppi lämna det förflutna bakom sig.

I RÖRELSE

Unga i Kampala får livslusten tillbaka

44 VÄRLDENS BARN I slummen kring Ugandas huvudstad Kampala arbetar IOGT-NTO-rörelsens samlingsorganisation UYDEL för att ge barn och ungdomar livslusten tillbaka.

OMSLAGSBILD
Foto: Maria Annas



FASTA AVDELNINGAR

LEDARE	4	FULL KOLL	13	KALENDER	23	KORSORD	43
REDAKTION	5	ESSÄ	18	REPORTAGE	24	I RÖRELSE	44
INSÄNDAREN	5	RESPONS	18	INTERVJU	32	FEM MINUTER	48
VASSASTE PENNAN	5	I FOKUS	20	GODA LIVET	36	NÄSTA NUMMER	51
DEBATT	6	FORSKNING	22	KULTUR	39	BAKIFRÅNLÄSARE	51
GRANSKNING	8	SIFFROR&FAKTA	22	HALLÅ DÅR	41	POSITIVA SLUTET	52
AKTUELLT	12	ELDSJÄL	23	KRÖNIKA	42	GODA NYHETER	52

Om alkohol får säljas i matbutiker, får det dramatiska konsekvenser för konsumtionen och därmed också för dödlighet, skador och våld. En internationell forskargrupp har presenterat tunga argument för att Sverige ska behålla Systembolaget och gå i spetsen för en EU-politik som tar ansvar för folkhälsan.

Systembolaget sparar liv

AV EVA ÅHLSTRÖM

När Sverige gick med i EU avskaffades alla monopol på alkoholområdet utom detaljhandelsmonopolet. Systembolaget fick vi ha kvar. Men även det ifrågasätts, och i takt med att den restriktiva alkoholpolitiken monterats ner, ökar oron för att även Systembolagets dagar ska vara räknade. Trots att unionen äntligen antagit en alkoholstrategi som slår fast att alkohol inte är någon vanlig handelsvara, och trots allt tal om EUs ansvar för folkhälsan, ska det mycket till för att ett medlemsland ska få införa – eller få behålla – restriktioner som på något sätt inskränker den fria marknaden.

Folkhälsans försvarare behöver tunga argument. Det gäller att inte stå handfallna nästa gång EU-kommissionen eller EG-domstolen ifrågasätter svensk alkoholpolitik.

Ett välkommet bidrag för Systembolagets försvarare är den nyligen presenterade forskarrapporten om vad ett slopat monopol skulle få för effekter på alkoholkonsumtion och skador. Studien har genomförts av ett internationellt forskarlag under ledning av Harold Holder från Prevention Research Center, Berkely, Kalifornien, på uppdrag av Statens folkhälsoinstitut.

När rapporten presenterades, understök Holder att forskarna varit försiktiga i sina bedömningar. Ändå räknar de med att alkoholkonsumtionen i Sverige skulle öka med 29 procent, eller 2,8 liter ren alkohol per person och år, om försäljningen släpptes till livsmedelsaffärer. Ökad konsumtion betyder, som alla vet, mer sjukdom, mer skador och mer våld. Om konsumtio-

nen ökar 29 procent, får vi 1 500 fler dödsfall, 16 miljoner fler sjukskrivningsdagar och 14 000 fler anmälda misshandelsfall – varje år.

Forskargruppen pekar också på att försäljning av alkohol i livsmedelsaffärerna skulle betyda ökat drickande särskilt bland unga och storkonsumenter. Orsakerna till det skulle vara sämre ålderskontroll, billigare varor genom lågprisprodukter, fler butiker och mer marknadsföring.

Det är argument som borde räcka även för att EG-domstolen och dess generaladvokater ska anse det "proportionerligt" med den inskränkning i den fria marknaden som Systembolaget utgör.

»Ändå räknar de med att alkoholkonsumtionen i Sverige skulle öka med 29 procent.«

Men de räcker förstås inte för Sprit- och Vinleverantörsföreningen. "Verkligheten är redan som det scenario Folkhälsoinstitutet varnar för", anser föreningen och pekar på den stora illegala försäljningen av alkohol, inte minst till unga och storkonsumenter. "Vi måste slå in nya dörrar för att återta kontrollen!" förklarar SVLs VD Erika Nylander.

Men SVLs nya dörrar verkar misstänkt lika de gamla. Receptet heter som alltid sänkta skatter på alkohol. En sänkning av skatterna på öl, vin och sprit ska minska privatimporten, den olagliga vidareförsäljningen och smugglingen.

Det trodde man i Finland också. Där sänktes alkoholskatterna kraftigt för några år sedan. Konsekvenserna, i form av ökad konsumtion, ökad dödlighet och ökat våld blev så förödande, att de finska politikerna nu i stor enighet beslutat att åter höja skatten på alkohol. Kan SVL, med facit från Finland i hand, förklara varför en sänkning av de svenska alkoholskatterna skulle lösa problemen i stället för att förvärra dem?

Nej, i stället gäller det för den svenska regeringen att ta vara på det växande intresset i andra EU-länder för svensk alkoholpolitik, bygga vidare på det och skapa allianser både för rätten för ett enskilt medlemsland att införa restriktioner och för att följa upp EUs nya alkoholstrategi med gemensamma åtgärder – lägre införselkvoter, högre minimiskatter, lägre promillegränser i trafiken – för folkhälsans skull.



FÖR ÖVRIGT ANSER ACCENT ATT...

Orsak och verkan

VÅLDSAMT Efter en helgnatt med bråk och fylla i Linköping förklarar Bo Österberg, polis vid våldshoteln: "Om folk bara gav fan i att dricka alkohol, hade det varit mycket bättre." Dagen efter är nog de flesta beredda att hålla med honom.

Dyrt gifta sig nykter

BRÖLLOP Ett par i Bergen ville gifta sig i vackra Villa Skjoldnes. Men när ägaren fick klart för sig att festen skulle vara alkoholfri, ville hon ha dubbel hyra som kompensation för utebliven försäljning av starka drycker. Undrar vem som betalar skadegörelse och olyckor efter blötare fester?

Dubbla budskap

ÖLVARNING Sveriges Bryggerier vill införa varningstexter på burkar och flaskor för öl och cider. "Under 18 år? Avstå alkohol!" är ett exempel. Samtidigt kämpar bryggarna med näbbar och klor för sänkt ölskatt och därmed ökad försäljning. Vilka är mest känsliga för priset? Ungdomarna.

Citatet

»Dagens ungdom kräver mer än bara en skön soffa för att trivas.«

VIKTORIA JOHANSSON vill att de vuxna visar omtanke.

Soffor och omtanke

OMTANKE – Hm, var ska vi göra av vår gamla soffa? Den är ju inte så gammal ändå,



nå'n kanske vill använda den.

– Jag vet, vi kan skänka

den till IOGT-NTO-lokalen. Ungdomarna kommer att älska den.

Det äkta paret diskuterar en väldigt nedgången, alldeles för mjuk soffa i en avskryvad gul färg, med stora röda prickar på.

Det finns tydligen en del som tror att "så länge det finns en soffa så trivs ungdomar". För er skulle jag vilja förklara en sak: Det är faktiskt så att dagens ungdom kräver mer än bara en skön soffa för att trivas. Vi behöver vänskap och omtanke, vi behöver vuxna som bryr sig om oss. För mig känns den där soffan bara som en slags alibi för att kunna säga att "jo, jag bryr mig om ungdomarna" trots att man det senaste året inte sagt ett ord till någon av de berörda ungdomarna.

Snälla, se oss, hör oss! Ta inte bort de sköna sofforna, bara de malätta, men umgås med oss! Vi är framtiden, och vi vill gärna vara en del av nutiden också.

VIKTORIA JOHANSSON, UNF BORLÄNGE

VASSASTE PENNAN

Viktoria får en miljonlott!



Vi måste hjälpas åt för att bli fler

VÄRVNING Om vi ska nå målet att öka antalet medlemmar i IOGT-NTO, måste vi alla hjälpa



Markoolio och andra artister som glorifierar alkohol bidrar till ungas berusning menar insändaren.

FOTO: WWW.MARKOOLIO.COM

Artister för baksmälla

FÖREBILDER I somras rapporterade Metro om en grupp danska barn mellan 10 och 13 år som var så berusade att föräldrar och sjukhuspersonal inte kunde ta hand om dem utan att de var tvungna att övernatta i finkan. Alkohol och andra droger kryper längre ner i åldrarna, och det kommer att leda till en ökning av de alkoholrelaterade problemen. Studier har visat att ju tidigare alkoholdebuten är desto större är risken för alkoholrelaterade skador och desto svårare blir skadorna.

Markoolio är en artist vars publik till stor del består av barn och yngre tonåringar. I hans sommarplåga "Ingen sommar utan reggae" glorifierar han en alkoholkultur som är direkt skadlig, med stycken som "första vita helgen, jag tror att jag dör", "som vanligt däckta bland buskar och bärr" och "lite lullig var dag" samt att fem olika sorters alkoholhaltiga drycker nämns. Det är inte konstigt att det blir mer barn- och ungdomsfylla när budskap som detta sprids av artister och idoler. När ska de inse sin maktposition och ta sitt ansvar för samhället?

CHRISTIAN RANEVI, UNF

pas åt. Alla distrikt måste sätta upp värvning på agendan. Att bara träffas för att fika och prata förändrar ingenting.

De föreningar som redan har fått nya medlemmar bör sända ett brev till dem och fråga vad de vill göra i föreningen. Alla vi som har varit med länge och har förtroendeuppdrag kanske ska tänka på att släppa fram nya förmågor. Om vi alla strävar åt samma håll, tror jag att vi kan se framåt med tillförsikt.

Vi får bara inte sitta med armarna i kors och vänta på resultat. Kunde våra kamrater för 100 år sedan vända utvecklingen så borde också dagens IOGT-NTO kunna göra det. Vi kanske inte kan göra underverk, men vi kan i alla fall bidra till att folk inte super ihjäl sig.

Tänk på alla barn som far illa i samhället! De är solidariska med sina föräldrar och talar inte med någon om hur de har det. Vi ska inte leka

poliser, men vi måste vara medmänniskor.

Med gemensamma krafter kan vi göra mycket. Nu tar vi nya tag!

RONNIE WRETLING

Jag vill ha alkoholfri nykterhetsrörelse

NYKTER Jag hoppas innerligt att IOGT-NTO-rörelsen fortsätter att vara nykter. Jag vill inte att vi ska gå samma framtid som MHF, Motorförarnas Helnykterhetsförbund, där man överväger att ta bort nykterhetskravet. Även om supportermedlemmarna (som de kallas) inte har rösträtt, blir de ändå en del av organisationen. I samhället har vi tillräckligt med miljöer som inte är alkoholfria. Därför anser jag att det är onödigt att göra vår egen rörelse till ytterligare en sådan. Vi borde istället se till att värva ännu fler medlemmar som vill vara nyktra.

JOHANNA FRIBERG

accent

Accent ges ut av IOGT-NTO, UNF, Ungdomens Nykterhetsförbund och JUNIS, IOGT-NTOs Juniorförbund.

Pressläggning detta nummer: 11 september

REDAKTION

Eva Åhlström
Chefredaktör,
ansvarig utgivare
08-672 60 51
eva.ahlstrom@iogt.se

Patrik Sandström
Redaktionssekreterare,
form och layout
08-672 60 50
patrik.sandstrom@iogt.se

Maria Zaitzewsky
Featureredaktör, reporter
08-672 60 56
maria.zaitzewsky@iogt.se

Pierre Andersson
Nyhetsreporter
08-672 60 54
pierre.andersson@iogt.se

Eduardo Mutis
Bildredaktör
08-672 60 53
eduardo.mutis@iogt.se

Medverkande detta nummer:
Bo Andersson, Ossian Grahn, Anders Hansson, Gunilla Sternelius, Jens Ekelund, Sven Rosell, Kent Klich, Maria Annas, Niklas Alm, Hanna Nolin, Christian Saltas, Hillevi Wahl, Sara Sandberg, Anette Rimont, Anna Ågrahn, Martin Thelander, Diana Reybekiel, Rurik Zaitzewsky och Anders Perstrand.

ADRESS

Accent, Box 12825
112 97 STOCKHOLM,
tel: 08-672 60 50, fax: 08-672 60 01
e-post: accent@iogt.se

IOGT-NTO-förbundet
tel: 08-672 60 00
Besöksadress:
Gammelgårdsv. 38
Stora Essingen, Stockholm

ADRESSÄNDRING

tel: 08-672 60 38/39
fax: 08-672 60 01

ANNONS

Info Reklambyrå. Janne Moréus
tel: 0221-213 40, mobil: 070-346 34 62
e-post: janne@info reklam.nu
Adress: Glasgatan 21, 731 30 Köping

TRYCK

VTT Grafiska, Vimmerby

OBESTÄLLT MATERIAL

Tidning svarar inte för insända, obeställda texter och bilder samt förbehåller sig rätten att redigera insänt material.

LAGRING

Allt material i tidningen Accent lagras och kan publiceras elektroniskt. Icke anställda måste meddela eventuellt förbehåll mot sådan lagring och publicering. I princip publiceras inget material med sådant förbehåll.

TS-KONTROLLERAD UPPLAGA
ISSN-nr: 0345-0406



MEDLEM I SVERIGES TIDSKRIFTER



Nu har EU insett både att alkohol är ett hälsoproblem och att klimatförändringarna inte är någon tillfällighet. Det öppnar oanade möjligheter, menar Bo Andersson, alias Bosander, IOGT-NTO-medlem i Borlänge. Genom att ersätta vinodlingar med solceller kan vi lösa flera problem samtidigt.

Energi istället för vin

AV BO ANDERSSON, IOGT-NTO MEDLEM I BORLÄNGE

EU har äntligen vaknat till insikt om att alkoholskadorna är ett hälsoproblem. Visst kan vi vänta oss att vinodlare och andra intressenter inom alkohollobbyn kommer att göra allt för att rädda sin lukrativa inkomstkälla, men vi har ett strategiskt överläge. Och vårt bästa vapen har, ironiskt nog, alkohollintressenterna inom EU själva tvingat på oss.

När EU slog sönder den svenska restriktiva alkoholpolitiken för att bereda väg för ökad alkoholexport, tvingade de fram ett gigantiskt fullskaleexperiment, som vållat stora skador, både för Sverige som helhet och för ett mycket stort antal svenskar.

Men inget ont som inte har något gott med sig. Även om vi helst velat slippa vara försökskaniner, ska vi inte avstå från att utnyttja resultatet.

Nu har vi tydliga bevis på sambandet mellan alkoholskador och tillgänglighet. Det är den kunskapen vi måste sprida, inte bara här hemma, utan framför allt inom övriga EU.

Situationen inom EU påminner mycket om Sverige på 1830-talet, när olika former av alkoholskador började bli de största folksjukdomarna, samtidigt som bönderna var helt övertygade om att de skulle tvingas gå från gård och grund om de inte fick bränna brännvin och sälja för att få in kontanter.

Men nu som då finns det en lösning. Peter Wieselgren satsade många års arbete på att övertyga den svenska allmänheten om att brännvinet var en stor skadegörare, och att brännvinsbrännande var helt onödigt för att få ekonomi i jordbruket.



Solenergi istället för vin, tycker debattören.

FOTO: PHOTOS.COM

»Men vinodlingarna ligger just på ställen som har de bästa förutsättningarna för att placera solceller.«

Ökade alkoholskador inom EU är inte det enda som spelar oss i händerna. Märkligt nog kan vi även minska trycket från vinodlarlobbyn genom åtgärder som egentligen är avsedda att motverka växthuseffekten.

Den torkkatastrof som nu drabbar Sydeuropa är ingen tillfällighet. Den ingår

i ett tydligt klimatförändringsmönster. Visst kan det komma enstaka perioder av regnigare år, men trenden på längre sikt är dessvärre klar.

Men det betyder inte att mänskligheten är hjälplös, inte ens att de europeiska Medelhavsländerna är dömda att förvandlas till öken på samma sätt som stora delar av Afrika. Nu finns det tekniska möjligheter som inte bara kan rädda Europa, utan även på sikt ger möjligheter att lösa världens problem med både vattenbrist och energibrist.

Solceller för produktion av elektricitet är en tämligen ny teknik, som rimligtvis kan utvecklas och förbättras mycket än, men som redan är kommersiellt bärkraftig i områden med god tillgång till sol.

Vi måste räkna med att de fossila bränslenas tid snart är förbi, och att ju längre vi envisas med att försöka utnyttja dem, desto värre blir växthuseffekten. Men vinodlingarna ligger just på ställen som har de bästa förutsättningarna för att placera solceller. Därför är det fullt ekonomiskt möjligt för EU att i stället för att subventionera olönsamma vinodlingar lösa in marken, och använda den för solcellskraftverk. På motsvarande sätt kan man även nyttja andra marker, som har för mycket sol och för litet vatten för egentlig jordbruksproduktion.

Om nykterhetsrörelsen går till offensiv i Wieselgrens spår, för att tala vett med hela Europa, i stället för att gräva ner sig i ett meningslöst skyttegravskrig kring detaljer om införselkvoter och alkoholskatter, så kan vi nå verkligt avgörande framgångar, men tiden hastar. Vår bästa tid är nu. ■

PRESSGRANNAR

LO-TIDNINGEN "Bevara alkoholrestriktionerna till varje pris" är rubriken på en ledare i LO-tidningen, där Martin Lindblom går igenom effekterna av en allt liberalare alkoholpolitik. "Även om vi nu tvingas leva med lagens regler borde vi åtminstone på ett område

kunna sätta ned foten. Under senare år har öppnats allt fler nattöppna krogar i storstäderna. Verksamheten är ofta kriminell och ordningen upprätthålls av inhyrda slagskämpar. Varför tillåter vi detta svineri? Finns det något som helst skäl att låta samvetslösa krögare hålla

sprit i redlösa ungdomar fram till klockan fem på morgonen?"

MOTALA TIDNING är en av flera tidningar som kommenterat undersökningen om vad som skulle hända om Systembolagets monopol försvann. "Monopol är

skadliga för konsumenterna, eftersom de leder till dyra varor och sämre kundtillvärdhet än vad en fri marknad kan erbjuda. Men i fallet alkohol är det ju det som är själva poängen. Den legala införseln och smuglingen är problem som kommer av monopolen. Men sämre

folkhälsa är priset som man får betala för en avreglering. Det är ett för högt pris.

ÖSTGÖTA CORRESPONDENTEN: "Även om varken EU eller moderaterna tvingar fram ett avskaffande av alkoholmonopolet, är allt inte frid och fröjd. Det är naivt att tro

Citatet

»Alkohol - och drog-problematiken finns också och själv-mordsrisken är hög.«

CAMILLA KÖRNER, ansvarig för att hjälpa soldater som kommer hem från utlandstjänst.

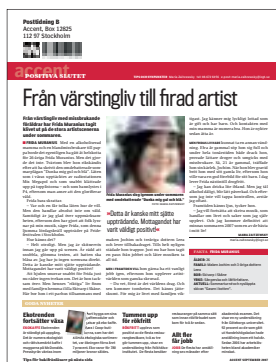
Markoolio och SVT anmälades av förbundsstyrelseledamot i IOGT-NTO

MÅNADENS SNACKIS När Markoolio fick framföra sången "Ingen sommar utan reggae" i SVTs program "Allsång på Skansen" reagerade Monica Ståhl, distriktsordförande i IOGT-NTO i Värmland och nyvald ledamot i förbundsstyrelsen. Texten innehåller rader som "Dricka hemkört och cola", "Lite lullig var dag",

"Som vanligt däck bland buskar och bärr".

- Den har en klart alkoholvänlig text, något jag inte tycker är lämpligt i ett familjeprogram. Det sitter ungar och sjunger med i texten utan att riktigt förstå vad de sjunger, säger Monica Ståhl, vars anmälan uppmärksammades stort i media. /RED

SVAR DIREKT



Lätta droger?

I artikeln på baksidan i senaste numret skriver Accent att Frida provade lättare droger.

Vad är lättare droger? Sedan när började IOGT-NTOs tidning särskilja lätta och tunga droger och vad motiverar detta?

ELIN LUNDGREN

SVAR DIREKT Accent tar, liksom IOGT-NTO, avstånd från alla droger och gör ingen skillnad mellan lätta och tunga droger. Det gjorde däremot den intervjuade Frida Murnius, och det får stå för henne. Men det borde ha framgått av artikeln att det var ett citat.

EVA ÅHLSTRÖM
CHEFREDAKTÖR

1000 ORD



Jessica Green serverar mintchokladshots till nollor i Malmö som tävlar i olika grenar. Här serveras Björn Westman som körs skottkärra av Henrik Hultenius. De är alla utklädda i ett highschool-tema.

FOTO: EMMA LARSSON/SCANPIX

Årets nollning den värsta på länge

NOLLNING Den så kallade nollning som många elever utsätts för när de börjar gymnasiet var i år värre än någonsin. Detta enligt flera källor runt om i landet. Allra allvarligast har rapporterna från Stockholm varit. Efter en fest med elever från gymnasieskolan Norra Real i centrala Stockholm hittades en 16-årig flicka alkoholförgiftad och nedkyld i en park. Hon hade mer än 3 promille alkohol i blodet och hade sannolikt avlidit utan snabb vård.

- Vi har aldrig tidigare haft så många fall av alkoholförgiftade ungdomar, säger Stefan Sparring, överläkare på Maria Ungdoms akutmottagning till Svenska Dagbladet. Ungdomar har tvingats till att dricka alkohol under nollningsfesterna och många mår mycket dåligt. /RED

att så länge vi har Systembolaget kvar tar svenska staten sitt ansvar. Drickandet och dess skadeverkningar ökar även med alkoholmonopol. Det behövs nytänkande i alkoholpolitiken. Ledarsidan har tidigare påpekat att alkoholvanorna bör vara en rutinfråga under läkarbesök.

ket. Folkpartiet har föreslagit möjlighet till tvångsvård, vilket är kontroversiellt men kanske nödvändigt.

NORRA VÄSTERBOTTEN

ägnar en ledare åt Moderata Ungdomsförbundets stämma i Sundsvall - med krav på att legalisera hembren-

ning. "Man skulle visserligen kunna skratta och föraktfullt konstatera: Grönköpings Veckoblad nästa. Men tyvärr går det inte, För alla stämmbeslut måste tas på allvar, hur idiotiska de än må vara. Och nu ska MUF driva frågan vidare. Den personliga friheten är viktig och

ska värnas. Men alla kan inte hantera friheten, om den blir alltför stor utan att skada sig själva eller andra. Och då måste samhället gripa in."

LIBÉRATION i Frankrike skriver att Sverige är på väg att förlora alkoholmonopolet med anledning av

EG-domstolens bedömning att importförbud av alkohol via Internet är oförenligt med den fria rörligheten. LE MONDE understryker att det är ett bakslag för regeringen men att finansminister Anders Borg tänker försvara den svenska alkoholpolitiken.

CANNABIS VANLIGARE I

I den välmående lärdomsstaden Lund är det flera gånger så vanligt att unga testar cannabis som i övriga landet. Forskare beskriver inställningen som amerikansk.

■ **LUND** I Lund påminner gymnasieungdomarnas inställning till cannabisrökning om den som råder i USA eller centraleuropeiska storstäder. Men det är inte de många studenterna som gör staden extrem. I stället är det yngre infödda Lundabor som ser cannabis som en naturlig del av sitt festande. Inte sällan är deras föräldrar utbildade långt över rikssnittet, och narkotikamissbruket är inledningsvis inte kopplat till annan kriminalitet.

– Vad gäller cannabis ligger Sverige fortfarande under EU-snittet. Problemet är att Lund avviker drastiskt från landet i övrigt, säger Thomas Lundqvist, docent i psykologi.

Han har arbetat vid Rådgivningsbyrån i narkotikafrågor i Lund sedan 1978. Då hade byrån varit öppen i fem år. Nu som då drivs den av sjukvården och socialförvaltningen. De anställda har skiftande akademisk bakgrund, något som märks i terminologin. Sjukvårdens patienter blir socialförvaltningens och socionomernas klienter. Oavsett vilket begrepp som används rör det sig om frivillig vård som omkring 400 personer söker sig till varje år. Åldersspannet sträcker sig från 14 till 60 år, men medelåldern är låg och ligger på runt 23.

– I yngre åldrar är det ofta föräldrarna som är skärrade. Förstår vi att det inte rör sig om något avancerat missbruk blir budskapet: Gå hem och red ut vad som gäller med era barn.

THOMAS LUNDQVIST TALAR OM "den osofistikerade debatten". Skrämselinformation som generationer av barn och vuxna chockats av och som han tycker har skadat arbetet mot narkotika genom att inte alltid vara vederhäftig.

– Det blir så påtagligt i Lund. Patienterna är högt utbildade och ställer krav. Också ungdomar ifrågasätter och tror inte på vad jag säger förrän de ser doktorsringen.

Numera är det vanligt att patienterna



– Jag tror att mycket påverkas av att Christiania är så nära, säger Jonas Bergström som sitter utanför K

» **ENLIGT THOMAS LUNDQVIST BORDE OMKRING 12-13 PROCENT SVARA JA - MEN I LUND ÄR SIFFRAN 33 PROCENT.**«

hänvisar till egna efterforskningar på internet.

– Då är det min uppgift att förklara vad

beprövad vetenskap och källkritik innebär.

1990 fokuserade Thomas Lundqvist och hans kollegor på missbruk bland personer

under 18 år. Utgångspunkten var att primärprevention fungerar dåligt.

– Istället skapade vi en sekundärpreventiv metod, och utifrån den ringar vi in riskgrupper.

Gymnasieelever i årskurs två fick fortlöpande svara på frågan om de rökt cannabis och i så fall hur många gånger.

Enligt Thomas Lundqvist borde omkring 12-13 procent svara ja – men i Lund är siffran 33 procent. Det är dock inte situationen för den gruppen som oroar honom mest. Vartannat år har man i studien undersökt

BLAND UNGA I LUND



för Katerdralskolan i Lund tillsammans med Maximilian Moell, Erika Malmström, Konrad Konradsson.

FOTO: ANDERS HANSSON

hur många gymnasieelever i årskurs två som har rökt cannabis mer än 25 gånger.

– Det är en viktig gräns. Då har man brottat ner samvetet, man har en ny vana, man är på fel väg.

VID DEN SENASTE KONTROLLEN visade det sig att tio procent av de tillfrågade var vanemissbrukare av det slaget. För svenska förhållanden hade fyra procent varit normalt.

– Det handlar om en osannolikt hög nivå i Sverige och även jämfört med Danmark som bitvis har en annan droggkultur.

Lundaforskarna har under lång tid förmedlat sina rön om cannabis till övriga Norden och EU. Enligt Thomas Lundqvist är en av de mest avgörande slutsatserna att prioritering är extremt viktigt. Lundastudien visar nämligen att en stor andel unga kan ha erfarenheter av narkotika utan att det påverkar deras liv dramatiskt. Satsas medlen i för stor utsträckning på detta klientel som statistiskt sett löper låg risk att fastna i missbruk riskerar de i riskgruppen att falla igenom.

– Lägg pengarna på dem som hållit på



Thomas Lundqvist, docent i psykologi, har följt narkotikaanvändandet i Lund i 30 år.

FOTO: ANDERS HANSSON



Sara Karlsson tycker att Lund är extremt liberalt när det gäller droger.

FOTO: ANDERS HANSSON



Paul Ulvros tror att många uppfattar cannabis som en intellektuell drog.

FOTO: ANDERS HANSSON

längst och mest är kontentan. Flertalet klarar sig utan insatser, några gör det inte.

NARKOTIKASAMORDNAREN, SOCIONOM DAN ERICSSON, har också han mycket lång erfarenhet av arbete på Rådgivningsbyrån i narkotikafrågor.

– Redan när jag började på 1980-talet var läget speciellt i Lund. Varför det är så kan man spekulera om tills man blir blå i synen, säger han.

Till stor del tror han dock att situationen är ett resultat av tillgång och efterfrågan.



Narkotikasamordnaren och socionom Dan Ericsson menar att missbrukarnas ålder sjunkit i Lund.

FOTO: ANDERS HANSSON

90 procent av alla narkotikabeslag sker i skånska hamnar. Man behöver inte tala om någon speciell kultur för att hitta förklaringar.

– Bra kvalitet, stor tillgång och därigenom låga priser. Så har det varit under min tid.

Men missbrukarnas ålder har sjunkit. Tidigare skedde debuten oftast under senare delen av tonåren. I dag är 15 år en vanlig introduktionsålder för personer i den behandlade gruppen.

– Och då är den psykiska mognaden mycket lägre med allt vad det innebär.

Generellt i Sverige för ett motsvarande urval ligger debutåldern fortfarande på runt 18 år.

Samtidigt tycker Dan Ericsson att det är ett misstag att tala för mycket om ålder. Under hela hans karriär har han hört, läst och ibland själv poängterat att missbruket kryper ner i åldrarna.

Han konstaterar:

– Om det vore en sanning utan invändningar så hade vi i dag haft ett utvecklat missbruk på dagis.

Också andra droger har gjort sitt intåg på bred front. Framförallt heroin är på frammarsch, men det är en stigmatiserande drog – väsensskild från till exempel cannabisen. Personer som använder den betraktas av omgivningen som missbrukare. Med kokainet är situationen den omvända.

– Unga kokainmissbrukare har ingen

eller låg drogidentitet. De tar kontakt först när allt är kaos runt dem eller föräldrarna drar hit dem.

OSSIAN GRAHN

accent@iogt.se

Fotnot: Primärprevention: åtgärder för att förhindra uppkomsten av sjukdom och skador hos friska individer
Sekundärprevention: åtgärder för att tidigt upptäcka tecken på sjukdom och skador och förhindra att de utvecklas vidare

FAKTA CANNABIS

CANNABIS, jämte hasch och marijuana utvinns från växten *Cannabis sativa*.

Cannabis innehåller över 400 kemiska substanser, många med hallucinogena effekter.

Cannabis används av 300 miljoner människor i världen, varav 200 000 i Sverige. Efter alkohol är cannabis det vanligaste berusningsmedlet.

Det finns i dag 25 ton cannabisplanter i Sverige.

Cannabisruset karakteriseras av en känsla av tyngd-löshet, eufori, förändringar av tidsbegreppet och en försämrad verklighetsuppfattning. Ruset kan vara upp till 3 timmar.



Vega Widmalm och Anja Kaprijanko beskriver drogsituationen i Lund som läskig.

FOTO: ANDERS HANSSON

"HASH OCH MAJA FINNS PÅ ALLA FESTER"

När vårsolen värmer Lund fylls torg och parker av unga människor. Universitetet och de centrala gymnasieskolorna präglar stadsmiljön.

■ **LUND** Paul Ulvros, 18 år, är uppvuxen här och går samhällsvetenskapliga programmet på Katedralskolan. Han tror att många yngre personer betraktar cannabis som en intellektuell drog.

– I högre samhällsskikt funkar inte alla droger socialt, men maja är accepterat tror jag, säger han.

Själv har han ingen erfarenhet av droger i sitt eget umgänge, men han vet att det är lätt att få tag på. Han nämner närheten till Köpenhamn som en viktig faktor. Liksom föräldragenerationens inställning till inkörsporten alkohol.

– Lundaföräldrar är tillåtande med drickande, det hör till tycker många.

VEGA WIDMALM OCH ANJA Kaprijanko är båda 16 år gamla. De beskriver drogsituationen i Lund som läskig.

– Hasch och maja finns på alla fester. Det handlar inte om speciella människor utan

vanliga elever som sköter skolan, säger Vega Widmalm.

Varken hon eller Anja tror att merparten av dem som använder narkotika ser sig som missbrukare. De tror inte heller att det är vanligt att någon fortsätter med droger senare i livet.

– Det är mer en fas, en kul grej. De flesta blir nog inte pundare.

SARA KARLSSON ÅR 37 är gammal och beskriver Lund som extremt liberalt. Tidigare arbetade hon som terapeut och kom ofta i kontakt med klienter som hade drogproblem. Många av dem passade inte in i den vanliga mallen, de var inte typiska missbrukare.

– Delvis handlade det om studenter som tog amfetamin för att orka plugga utan att sova. Det funkar kanske ett tag men inte i längden.

Den andra kategorin var hasch- och cannabisrökare som med råge passerat ungdomsåren.

– Folk med attityden "lite hasch skadar inte". Men de kom ju till mig för att de mädde dåligt. Det rörde sig om en kategori av missbrukare som sällan nämns. Medelålders personer, välutbildade ofta med bra jobb.

OSSIAN GRAHN

accent@iogt.se

» **LUNDAFÖRÄLDRAR ÄR TILL- LÅTANDE MED DRICKANDE, DET HÖR TILL TYCKER MÅNGA.**«

PAUL ULVROS, 18 ÅR.

LUND - BÄSTA KOMMUNEN ATT LEVA I



■ **LUND** Lund är Sveriges bästa kommun att bo i 2007. Åtminstone enligt tidningen Fokus, som rankat landets 290 kommuner. Anledningarna är många. Förra året ökade befolkningen

med 1029 personer. Det totala antalet kommuninnevånare uppgår till 104 000, varav 76 000 bor i staden Lund.

Arbetslösheten är låg, endast 1664 personer är utan arbete och medelinkomsten ligger på 230 000 kronor/år.

20 procent av invånarna är miljonärer, att jämföra med övriga landet i helhet där 14 procent är miljonärer.

Befolkningen är relativt ung - vilket till stor del beror på de 40 000 studenterna - och ohälsotalen är tredje lägst i landet.

Nyföretagandet är högt, den kommunala ekonomin stabil och valdeltagandet högt.

Utbildningsnivån är god - bara Danderyd har färre lågutbildade - och lärartätheten i såväl skolor som förskolor är hög.

Lund ligger dessutom i den expansiva Öresundsregionen med närhet till Danmark, Kastrup och kontinenten. Här har viktiga företag som Tetra Pak och Gambro vuxit fram och - inte mins - här finns gemyt, akademi och traditioner.

MARIA ZAITZEWSKY

Fakta

YTA: 440 km²

INVÅNARE: 104 000, varav 76 000 bor i staden Lund.

TÄTORTER: Lund, Södra Sandby, Dalby, Veberöd, Genarp.

BEFOLKNINGSTÄTHET: 249 inv/km²

ARBETSLÖSA: 1664.

STUDENTER: 40 000.

MEDELINKOMST: 230 000.

KOMMUNALSKATT: 31,38 procent.

FÖRETAG: 13 000.

KYRKOR: 29

POLITIK: Lund har de senaste 20 åren skiftat majoritet efter varje val. Just nu styr de borgliga.

Källa: Tidningen Fokus



Drogera syns i avloppet

Droger spåras genom avloppet

NARKOTIKA I framtiden räknar forskarna med att kunna spåra drogmissbruket i olika stadsdelar via avloppet. Ny teknik gör det möjligt att skilja ut restprodukter av både narkotika och läkemedel i avloppsvattnet.

Enligt Sveriges Radios Vetenskapsradion finns nu analysmetoder som kan särskilja restprodukter av narkotika som methamfetamin, kokain eller marijuana,

liksom vissa läkemedel som är vanliga i missbrukskretsar. Analyserna skulle kunna användas för att ta reda på vilka områden i en stad som har störst drogproblem och vilka olika typer av droger som är vanligast förekommande.

PIERRE ANDERSSON

pierre.andersson@iogt.se

Centern vill sänka alkoholskatten

SKATT Centerpartiet beslutade på sin partistämma i början av september att kräva sänkt skatt på öl och vin.

– Vi måste motverka den illegala försäljningen av öl och vin till framför allt de unga. Sänk därför skatten på öl och vin, sade Sofia Larsen, ledamot i partistyrelsen.

Såväl styrelsen som stämman var splittrad i frågan men majoriteten vill ha en sänkning. Kristdemokraterna är nu det enda partiet i regeringen som säger sig vilja behålla öl- och vinskatten på nuvarande nivå.

Öl med kollegorna ökar riskerna

ARBETET På många arbetsplatser finns alkohol med på ett självklart sätt. Vinprovning på kickoffen eller ett par glas öl med kollegorna efter jobbet blir allt vanligare. Det finns dock en baksida – en kultur på arbetsplatsen som bejaktar alkohol leder till att fler får problem. Detta enligt en ny avhandling från Nordiska högskolan för folkhälsovetenskap.

– Ingen är ensam skyldig till sitt missbruk utan arbetsplatsernas inställning är av stor betydelse för utvecklingen av medarbetarnas bruk av alkohol, långt innan de blir ett praktiskt problem på jobbet, menar Hildegunn Sagvaag som skrivit avhandlingen.

För de personer mellan 30 och 62 år som deltagit i studien har arbetsgemenskapen varit viktig och alla har varit stolta över sina jobb. När de sedan successivt utvecklat ett problematiskt alkoholbruk har en stark känsla av utanförskap



FOLKÖLET UTREDS

FOLKÖL Regeringen har beslutat att tillsätta en särskild utredare för att se över alkohollagen. En av de viktigaste uppgifterna för utredningen blir att utreda en eventuell tillståndsplikt för försäljning av folköl.

Bakgrunden är bland annat de undersökningar som regelbundet gjorts av Ungdomens Nykterhetsförbund som visar att livsmedels handeln är dålig på att göra ålderskontroller vid försäljning av folköl. Utredaren ska pröva om exempelvis en tillståndsplikt för säljaren, med åtföljande sanktionsmöjligheter ska införas. Detta kan bli lättare att tillämpa än dagens system.

– Det är bra att det händer något i frågan, säger Robert Damberg, förbundsordförande i UNF. Inget hade hänt om vi inte gjort alla de här kontrollerna, så det är kul att 20 års arbete äntligen ger resultat. Tillståndsplikt är bättre än inget, men jag tror inte att det löser problemet. UNF vill fortfarande ha in folkölet på Systembolaget.

PIERRE ANDERSSON

och skam vuxit fram hos dem inför sin jobbsituation.

– Hälso- och sjukvården bör utveckla preventionsprogram som riktar sig till arbetsplatser och som ger god kunskap om vikten av att ha en aktiv, sund alkoholpolitik, säger Hildegunn Sagvaag.

Färre vill betala för alkohol

ALKOLÅS En undersökning genomförd av MHF och försäkringsbolaget SalusAnsvar 2003

visade att 79 procent av svenska folket var beredda att betala 2 000 kronor för ett alkohol i en ny bil. En ny undersökning från 2007 visar att antalet nu bara är 35 procent.

– Om politikerna hade agerat snabbare kunde vi ha haft en teknik i Sverige i dag som skulle rädda många liv. Politikernas passivitet har lett till att utvecklingen nu går kräftgång, säger MHFs vd Tom Bjerver och SalusAnsvars vd Carl-Viggo Östlund i ett gemensamt uttalande.

Undersökningen visar att ungdomar är mer positiva till alkohol i sin bil. Bland de mellan 18 och 34 år är det 43 procent som vill ha alkohol. Bland de mellan 35 och 50 år bara 20 procent och för de över 50 år är siffran 33 procent.

Taxfreesprit orsakar onödiga utsläpp

MILJÖ En flaska Bacardi Gin tillverkas på Bermudas. Innan den är hemma hos den charterturist som köper flaskan har den många gånger fraktats runt halva jordklotet.

En typisk flaska som säljs på ett svenskt charterplan börjar sin resa på Bermudas. Sedan går transporten med båt till Tyskland, och vidare till Helsingborg. Där transporteras spriten med lastbil till bolagets lager i Skövde. Senare transporteras den med lastbil till Kastrup, lastas på ett flyg till Bangkok och säljs till resenärerna på vägen tillbaka till Kastrup.

I snitt spenderar en charterresenär 500 kronor på taxfreevaror och mat ombord. Resebolaget Ving är en av de största aktörerna med en snittförsäljning på 620 kronor per resenär. I ren vikt handlar det om omkring två kilo alkohol per passagerare.

Fler fulla resenärer stoppas på flyget

RESOR Allt fler betraktas som säkerhetsrisker då de ska ut och flyga. Hittills i år har stökiga passagerare besvärat de svenska flygbolagen i 140 fall enligt tidningen Metro. Detta ska jämföras med 249 fall under hela förra året.

Problemen med stökiga passagerare beror ofta på alkohol.

»Våldet i hemmet har ökat i och med den ökade alkoholkonsumtionen.«

SOLIE AXÉN, expert på mäns våld mot kvinnor till tidningen Metro.



Måttfull studentpolicy i Linköping

STUDENT Ingen alkohol starkare än 4,5 procent och helt nyktert minst varannan dag. Det är innebörden i den alkoholpolicy för nollningen som de tre studentkårerna vid Linköpings universitet har kommit överens om.

– Det visar ju på att vi tycker att det är viktigt att man behöver inte ha starköl för att ha roligt, utan alkoholen ska vara i bakgrunden, säger Marina Sandgren, ordförande för en av kårerna till Sveriges Radio. Det är inte det som ska vara fokus på att man ska ha det starkaste och bli jätteonykter, utan man kan faktiskt ha roligt utan. **P/A**

– Alkohol är det klart vanligaste skälet till att någon inte får följa med planet, säger Håkan Norling, utredare vid gränspolisens på Skavsta flygplats. Inte sällan har man av olika skäl beställt för många drinkar i flygplatsrestaurang före avgång, säger han.

Statistiken omfattar incidenter kring 17 svenska flygbolag, både inrikes och utrikes.

Unga japaner ratar spriten

JAPAN En enkät gjord av en finanistidning i Tokyo visar att unga japaner visar ett allt mindre intresse för alkohol. Många tycker att det är slöseri med pengar att dricka. 34,4 procent i åldersgruppen 20 till 30 år säger att de inte dricker alls eller dricker mindre än en gång per månad, jämfört



Unga japaner tycker att det är slöseri med pengar att dricka alkohol.

FOTO: PHOTOS.COM

med 27,6 procent av personer i gruppen mellan 30 och 40 år.

Intresset för konsumtion har gått ner även i övrigt. I stället att konsumera väljer 36 procent i av 20-åring-

arna att spara sina pengar, en ökning med 8,2 procentenhet jämfört med år 2000.

Ingen ersättning för beslagtagn alkohol

TULL Staten behöver inte betala något skadestånd för att man beslagtagit alkohol som beställts via Internet. Detta efter ett beslut av justitiekanslern Göran Lambertz. Omkring 50 av de totalt 7 000 personer som fått sin beställda alkohol beslagtagn har vänt sig till JK och begärt skadestånd efter EG-domstolens beslut att importen är laglig.

För att staten ska bli skadeståndsskyldig krävs att den gjort sig skyldig till ett "uppenbart allvarligt fel". Så har inte skett enligt JK. Frågan är dock inte avgjord utan kommer att avgöras i domstol.

TRE FRÅGOR

Pernilla Nordkvist, projektledare på Folkhälsoinstitutets Riskbruksprojekt

Vad är Riskbruksprojektet?

– Det är ett regeringsuppdrag som går ut på att fler inom hälso- och sjukvården ska bli utbildade om alkoholproblem. Forskning visar att samtal mellan sjukvårdspersonal och patienter är en av de mest effektiva åtgärderna för att få ned alkoholkonsumtionen.

Ni jobbar också med företagshälsovården, hur går det?

– Där arbetar vi på två spår. För det första gäller det att arbetsgivarna får information om att det här är ett effektivt sätt att förebygga problem och att det här är en tjänst som går att beställa från företagshälsovården. För det andra gäller det att höja beredskapen hos företagshälsovården genom information och utbildning. Intresset från arbetsgivarna är blandat, men alkoholfrågan är het i hela samhället på grund av den stora ökningen av alkoholkonsumtionen.

Hur ser modellen ut som ni försöker föra ut till arbetslivet?

– Det handlar om en screening av de anställdas alkoholvanor som kan göras i samband med en vanlig hälsokontroll. Det är dels tio frågor, dels ett blivprov. Det är viktigt att säga att det här är frivilligt precis som alla andra hälsokontroller och det är inte mer dramatiskt än någon annan livstilsfråga. Det här tas emot väl av de anställda.

PIERRE ANDERSSON

pierre.andersson@iogt.se

FULL KOLL

ILLUSTRATION: DIANA REYBEKIEL



VÅRDGARANTI För att skydda patienterna fick en alkoholberoende läkare vid Växjö lasarett under fyra års tid blåsa innan operation. Ett flertal gånger var han alkoholphäverkad och avvisades.

Systembolaget räddar över 1 500 liv om året

En ny studie visar att dödsfallen på grund av alkohol skulle öka med 1 500 varje år om Systembolaget avskaffades.

■ ALKOHOLIMPORT Om Sverige skulle avskaffa Systembolaget och tillåta försäljning av alkohol i vanliga livsmedelsbutiker skulle konsumtionen öka med runt 30 procent. Detta skulle i sin tur innebära över 1 500 fler dödsfall per år på grund av alkohol, 14 200 ytterligare misshandelsfall och hela 16 miljoner sjukskrivningsdagar.

Detta enligt en internationell forskarstudie som Statens Folkhälsoinstitut, FHI, har låtit beställa.

– Ett av FHIs uppdrag är att ta fram vetenskapligt underlag för Sveriges folkhälsopolitik. Det finns ju ingen debatt idag om att avskaffa Systembolaget, det här ska ses som en del i en serie underlag för våra beslutsfattare, säger Sven Andreasson, alkoholforskare och avdelningschef på FHI.

Den som har hållit i studien är Harold Holder, en av världens främsta alkoholforskare, knuten till Prevention Research Center vid Berkeleyuniversitet i Kalifornien, USA. Till sin hjälp har han haft en grupp svenska och finska forskare.

Forskarna har tittat på två olika scenarier. I det första flyttas försäljningen till licensierade specialbutiker, i det andra släpps försäljningen fri till livsmedelshandeln. För att beräkna effekterna av de två scenarierna har man tagit fram en modell som tar hänsyn till ökade försäljningstider, antalet försäljningsställen, prissänkningar, marknadsföring med mera.



Systembolaget räddar liv visar ny studie.

»Antalet försäljningsställen spelar stor roll för konsumtionen.«

HAROLD HOLDER, ALKOHOLFORSKARE

– Det här är en av de mest komplexa modellerna som någonsin använts för den här typen av beräkningar, säger Harold Holder. Vi vet att alla de här faktorerna spelar roll.

I DET SCENARIO DÄR försäljningen flyttas till livsmedelshandeln räknar forskarna med att antalet försäljningsställen ökar från dagens omkring 400 till 8 000. Dessutom räknar man med att försäljningstimmarna ökar med 22 timmar per vecka och att det skulle vara möjligt att köpa alkohol på veckans alla dagar.

– Antalet försäljningsställen spelar stor roll för konsumtionen, säger Harold Holder. Men vi tror också att priset skulle påverkas. I Kalifornien används alkohol ofta som lockvaror av livsmedelshandeln. Butikerna säljer ibland alkohol under inköpspriset för att locka folk. På många ställen är öl billigare än läsk.

Att en ökad alkoholkonsumtion ger ökade skador är känt sedan länge. Forskarna räknar med att sjukdom och död orsakad av alkohol skulle öka med 26 procent i scenariot med licensbutiker och med 61 procent i fallet med alkohol i vanliga livsmedelsbutiker.

HAROLD HOLDER PEKAR OCKSÅ på att ett privat system är känsligt för både ekonomiskt och politiskt tryck.

– Man kan till exempel titta på delstaten Iowa i USA. Där införde man ett system med privata specialbutiker för alkohol men hade ambitionen att behålla skatterna på en hög nivå. Efter ett par år blev dock trycket från handeln så stort att man bestämde sig för att sänka skatterna, butikerna tjänade helt enkelt inte tillräckligt mycket pengar.

Harold Holder är noga med att framhålla att siffrorna inte är några exakta svar.

– Det här är förstas sannolikhetsberäkningar. Men det är också viktigt att säga att vi har genomgående varit väldigt försiktiga med våra uppskattningar, det är mycket möjligt att ökningen av konsumtionen och skadorna skulle bli betydligt högre i verkligheten.

PIERRE ANDERSSON

pierre.andersson@iogt.se

FAKTA HAROLD HOLDERS RAPPORT OM SYSTEMBOLAGET

SCENARIO 1 – Specialiserade privata alkoholbutiker

Antalet butiker ökar från dagens 400 till över 1 200. Lågriserbudanden leder till 5 procent lägre priser och ökad marknadsföring förväntas öka konsumtionen ytterligare. Öppettiderna ökar med 10 timmar

per vecka och ålderskontrollen blir sannolikt sämre.

Resultat: Konsumtionen ökar med 14 procent. 700 ytterligare dödsfall. Misshandelsfallen ökar med 6 700 per år och sjukdagarna med över 7 miljoner.

SCENARIO 2 – Alkohol i livsmedels-handeln

Antalet butiker ökar till 8 000 och öppettiderna förväntas öka till 84 timmar per vecka (inklusive söndagar). Lågrisprodukter och lockpriser förväntas sänka priserna och marknadsföringen blir intensivare

än i det första scenariot. Ålderskontrollen förväntas bli mindre effektiv.

Resultat: Konsumtionen ökar med 29 procent. 1 580 ytterligare dödsfall. Misshandelsfallen ökar med 14 200 per år och sjukdagarna med över 16 miljoner.



Sril Lanka är ett av de länder där IOGT-NTO bedriver bistånd.

FOTO: MARIA ZAITZEWSKY

IOGT-NTOs bistånd påverkas inte

Regeringens nya stramare biståndspolitik kommer inte att påverka IOGT-NTOs internationella arbete.

■ **BISTÅND** I mitten av augusti presenterades regeringens nya biståndspolitik. Antalet mottagarländer för det bilaterala biståndet minskar från nuvarande 70 till 33. Förändringen kommer troligen inte att få några omedelbara effekter för IOGT-NTO-rörelsens internationella arbete.

Bland de länder som i fortsättningen inte ska få bistånd från Sverige finns bland annat Vietnam och Sri Lanka, två länder där IOGT-NTO-rörelsen haft projekt under en längre tid.

I den debattartikel där biståndsminister Gunilla Carlsson presenterade den nya politiken framgår att stödet ska fasas ut under en övergångsperiod och att stödet som kanaliseras via enskilda organisationer inte kommer att påverkas.

GENERALSEKRETERAREN FÖR IOGT-NTOS INTERNATIONELLA Institut Esbjörn Hörnberg är för-siktigt positiv till regeringens nya politik och tror inte att det kommer att påverka de projekt institutet driver idag.

– Allt beror på vad regeringens nästa steg blir. Att koncentrera sig på färre länder

tror jag är bra, det går i linje med Globkom, den stora utredningen om biståndspolitik som gjordes för några år sedan. Men frågan är vad som händer sen – kommer regeringen att sänka det totala biståndet?

Att det bilaterala biståndet försvinner till exempelvis Sri Lanka kan komma att påverka möjligheterna för organisationer som IOGT-NTO-rörelsen att arbeta där i framtiden, enligt

»Att koncentrera sig på färre länder tror jag är bra.«

ESBJÖRN HÖRNBORG, GENERALSEKRETERARE FÖR IOGT-NTO-RÖRELSENS INTERNATIONELLA INSTITUT

att bli svårare för oss att få resurser till vårt arbete.

PIERRE ANDERSSON

pierre.andersson@iogt.se

FAKTA INTERNATIONELLA ARBETE

IOGT-NTO-RÖRELSEN har bedrivit internationellt biståndsbete sedan början av 1970-talet. Idag arbetar man med internationella samarbetsprojekt i ett tiotal länder i Östeuropa, Syd- och Sydostasien samt Östafrika. Arbete sträcker sig från policyarbete och opinionsaktiviteter om alkohol och droger till organisationsutveckling, förebyggande hälsoarbete, förskoleverksamhet, utbildning och fattigdomsbekämpning.

Läs mer på bistand.iogt.se

SALUS-ANSVAR SÄLJS

Miljonregn över nykterhetsstiftelse

SALUS-ANSVAR Under sensommaren lade DNB, Den Norske Bank, ett bud på försäkringsbolaget SalusAnsvar. Om budet går igenom kommer det att leda till en intäkt på närmare 80 miljoner kronor för nykterhetsstiftelsen "Ansvar för framtiden". I förlängningen leder det till att mer pengar kan delas ut till nykterhetsfrämjande projekt.

Stiftelsen "Ansvar för framtiden" bildades i samband med att försäkringsbolaget Ansvar såldes för ett antal år sedan. Huvudmän för Ansvar var den samlade nykterhetsrörelsen i Sverige, Norge och Danmark samt den svenska frikyrkorörelsen.

I samband med likvidationen av Ansvar beslutade huvudmännen att tillgångarna i bolaget skulle gå in i en stiftelse. Stiftelsens avkastning delas varje år ut till projekt som "främjar nordiskt samarbete och vetenskaplig forskning rörande den helnyktra livsstilen".

En stor del av tillgångarna i stiftelsen utgörs av aktier i SalusAnsvar, det bolag som tog över delar av Ansvars försäkringsverksamhet. Om budet från DNB går igenom innebär det en stor intäkt för stiftelsen.

– De erbjuder ett mycket bra pris, omkring 50 procent över den rådande börskursen, säger Sören Storm, en av IOGT-NTOs representanter i stiftelsens styrelse. Bara den här affären innebär att vi får ytterligare 76 miljoner i stiftelsekapital, totalt kommer troligen kapitalet att hamna på runt 200 miljoner kronor.

I skrivande stund är det inte helt säkert att affären går igenom.

– Nej, DNB har berättat vad de är beredda att betala men kräver samtidigt att de får ihop till minst 90 procent av rösterna, säger Sören Storm. Men allt talar för att det blir så.

PIERRE ANDERSSON

pierre.andersson@iogt.se

»Bara den här affären innebär att vi får ytterligare 76 miljoner i stiftelsekapital.«

SÖREN STORM, IOGT-NTOS REPRESENTANT I STIFTELSEN "ANSVAR FÖR FRAMTIDEN"

Fokus på utsatta barn

Regeringen säger sig vilja ta krafttag för att alla kommuner ska erbjuda stödgrupper och annan hjälp till utsatta barn. Startskottet var en videokonferens med över 5000 deltagare.

■ **MISSBRUK** "Nu är det de glömda barnens tur". Det var folkhälsominister Maria Larssons budskap till åhörarna på den konferens om barn till missbrukande föräldrar som Alkoholkommittén arrangerade i mitten av september. Konferensen, som sändes via video till fler än 5000 deltagare över hela landet, var ett direkt svar på de undersökningar som IOGT-NTOs Juniorförbund genomfört och presenterat de senaste fyra åren. I rapporterna har man sett att många kommuner inte erbjuder stödgrupper för barn till missbrukande föräldrar och att så få som två procent av alla barn med dessa uppväxtförhållanden får någon hjälp.

– De här barnen får alldeles för lite stöd, säger Maria Larsson. Den här konferensen är ett startskott för ett intensivare arbete ute i kommunerna. Från statens sida vill vi hjälpa till och skjuta på.

Carina Eriksson, förbundsordförande för IOGT-NTOs Juniorförbund, är glad över att konferensen arrangeras.

– Jag kan känna mig ganska stolt över det arbete vi har gjort. De åtgärder som regeringen presenterat är en bra början, nu återstår det bara att se att det inte bara blir prat av det.

Socialdepartementet vill att det ska finnas stöd för barn till missbrukande föräldrar i landets alla kommuner. För att nå dit kommer man bland annat att ta fram en handbok för den här typen av arbete och avsätta ekonomiska resurser till kommunernas arbete.

Hur många barn som lever i familjer



Några deltagare på videokonferensen om barn till missbrukare var Göran Harnesk, generalsekreterare i Bris, Maria Larsson, folkhälsominister, Clara Gumpert, Karolinska Institutet och Karin Rågsjö, Alkoholkommittén. Konferensen var ett direkt svar på att IOGT-NTOs juniorförbund i somras presenterade en rapport som visade att det bara är strax över två procent av alla barn med missbrukande föräldrar som nås av kommunernas stödgrupper.

FOTO: PIERRE ANDERSSON

med missbruksproblem är det ingen som vet. En uppskattning säger 200 000 barn, men siffran är gammal och ingen vet riktigt hur den är beräknad.

– Vi uppvaktade ministern i december

tementet tagit fasta på. Man har nu gett Folkhälsoinstitutet och Socialstyrelsen i uppdrag att göra en kartläggning.

– Vi kommer att ta hjälp av Norge där man gjort en liknande undersökning och kommit fram till att där finns omkring 400 000 barn som lever i den här situationen. I Sverige har vi haft en kraftigt ökande alkoholkonsumtion mellan 1994 och 2004 och de utsatta barnen kan ha blivit fler på grund av detta.

PIERRE ANDERSSON

pierre.andersson@iogt.se

»De här barnen får alldeles för lite stöd.«

MARIA LARSSON, FOLKHÄLSOMINISTER

förre året och föreslog då bland annat att man borde göra en ordentlig kartläggning av hur stort det här problemet är, säger Carina Eriksson.

Detta har Maria Larsson och Socialdepar-

FAKTA NU SKA DE GLÖMDA BARNEN FÅ HJÄLP

FEM PUNKTER Socialdepartementet listar fem punkter för ett bättre stöd till barn med missbrukande föräldrar:

– Stöd i alla kommuner. Idag är situationen mycket varierande, vilket inte minst undersökningar från IOGT-NTOs Juniorförbund visar. En fjärdedel av kommunerna

har inga grupper alls och totalt nås bara två procent av alla barn till missbrukande föräldrar.

– Kompetensutveckling. En metodhandbok för den här typen av verksamhet ska tas fram.

– Bättre samverkan. En uppdaterad strategi för hur skola, polis och socialtjänst ska samverka för

barnens bästa har tagits fram.

– Kartläggning. En gammal uppskattning säger att det finns 200 000 barn till alkoholberoende föräldrar i Sverige. För att ta reda på hur stort problemet är idag ska en ny kartläggning göras.

– Stöd till kommunerna. Från och med 2008 avsätts 260 miljoner

till drogförebyggande arbete, barn och unga prioriteras. Redan i år finns 50 miljoner att ansöka om för kommuner som vill göra mer för utsatta barn. Intresset verkar dock begränsat, förra året fick regeringen 11 miljoner kronor över av samma pott.



770 13 Grangärde • 0240-64 00 11 • www.saxenborg.se

Nu är det dags att anmäla sig till

årets JUL-firande på Saxenborg

Från den 23/12 till den 27/12 firar vi i ombonad pensionatsmiljö med sång, julbord, promenader, utflykt, julottebesök och en hel del annat.

Priset är från 3 910:- per person i delat dubbelrum för medlemmar i IOGT-NTO-rörelsen. För enkelrum är priset 4 210:-

Anmäl dig på 0240-64 00 11.

2-3 r o k sökes i Stor-Stockholm

Sprit- och rökfri pigg 83-årig norrländska. Bojan Alvarsson, 063-12 02 80.

Välkommen året runt till IOGT-NTO Dalarnas Kurs- och Fritidsgård



Helårsöppen anläggning med milsvid utsikt över Siljan

I samarbete med personal från Mora Vårdcentral och NBV:

"Från överviktig till VIKTIG"

- Tre dagars internat med logi i våra trevliga stugor • Gemensam matlagning med bra råvaror • Sköna promenader i skogen • Samtal framför brasan • Mental styrka • Mjuka och sköna rörelser

Välkommen till kurs i november eller januari.

Antalet deltagare är minst 10 / max 20 st. 1800:- inkluderar hela programmet, mat logi och alla aktiviteter under dessa tre dagar. Anmälan och frågor till NBV Dalarna 0250/141 47. 0732-745277 mora@nbv.se

Inspiration och välbefinnande går som en röd tråd genom hela programmet.

Lördag 17 november – för 5:e året: JULMARKNAD med hantverkare



STUGOR • RUM • CAMPING

Hyr per dygn, kortvecka eller vecka.

Tel: 0250-210 70, 070-546 65 41 • Fax: 0250-215 40
asengarden@telia.com • www.asengarden.nu

Annonsera i Accent

– det naturliga sättet att nå engagerade läsare.

IOGT-NTO växer – läsekretsen växer...

Annonsera i Accent

– det naturliga sättet att nå engagerade läsare.



Annonsförmedlingen sköts av Janne Moréus, medlem i snart ett halvsekel.



REKLAMBYRÅN I KÖPING

janne@infoforeklam.nu
www.infoforeklam.nu
Glasgatan 21,
731 30 Köping
Tel. 0221-213 40
070-346 346 2

Gå ut och lek!

Kan det verkligen vara nyttigt för barnen att sitta timme efter timme framför datorn och spela spel? Som föräldrar måste vi väl sätta gränser för deras spelande? Gunilla Sternelius, författare och ledamot i styrelsen för föreningen Liv i Sverige, funderar över hur föräldrar i alla tider reagerat inför nya kulturyttringar, inför det nya hotfulla som vi inte riktigt förstår oss på.

AV GUNILLA STERNELIUS, FÖRFATTARE

Jag är en dålig mor. Det fick jag höra av vår äldste son Martin en gång när han var i tonåren. Tack och lov menade han inte allmänt sett utan i förhållande till ett av sina största intressen, tv- och datorspel (illa nog, i och för sig). Där hade jag och hans pappa verkligen brutit under många år, menade Martin. Vår inställning – "tv-spelandet kan vara farligt och måste begränsas" – hade varit helt fel.

Idag recenseras tv- och datorspel på kultursidorna. Branschen är potent och framåt-blickande och man kan utbilda sig till spelutvecklare på högskolenivå. Och Martin, som nu är vuxen, jobbar på Riksförbundet Goodgame, ett ideellt konsumentförbund som i demo-kratiska former engagerar spelare över hela landet och uppstår statligt stöd för sin verksamhet. En upprättelse värd namnet, kan tyckas. Ändå kan Martin ibland drabbas av diffusa skam-känslor inför detta att han så gärna ägnar mycket tid åt tv- och datorspel, har han berättat. Det är inte konstigt.

– Alltså, hur kan man bara sitta inne och spela hela dan när det är så fint väder ute?

– Kan du inte läsa en bok i stället, som omväxling?

– Hur länge har du spelat nu? Du blir ju helt absorberad av det där. Akta dej så du inte blir beroende!

Sådana kommentarer kunde höras från oss vuxna här hemma, när Martin var yngre. Mycket sällan intresserade frågor eller att vi satte oss bredvid honom eller hans lillebror Johan och försökte sätta oss in i spelet och spelandet. Det var som om vi inte fick. Som om Världsskildringsrådet (numera Medierådet) stod och spionerade på oss: "Ni tar väl ert ansvar nu?" Ofta var figurerna på skärmen små gulliga och roliga sagofigurer i fantasifulla ändlösa

berättelser som pojkarna tog del i med liv och lust. Men det skymdes av det problem-raster som låg över hela företeelsen, och känslan av FEL inympades i Martin, till stor del genom min och makens försorg, utan att vi förstod det.

Sönernas tv-spelsintresse danades tidigt genom en morbror – min yngste storebror Per – som var ovanligt barnslig och lekfull och därför införskaffade tv-spel så fort de hittade den svenska marknaden. Per anlätades då och då som barnvakt åt våra pojkar, som på så sätt redan i dagisåldern lärde sig spela Super Mario Bros., Snake Rattle & Roll, Bubble Bobble, The Legend of Zelda med flera spel som nu benämns som klassi-

»Det var lätt att åka med i domedagsstämningen: Vad ska det bli av våra ungar? «

ker. Timme ut och timme in spelade de hos och med "Mobbo Pejje", och det blev alltid sura miner när vi kom för att hämta dem och de blev tvungna att avbryta spelandet.

Under större delen av den här tiden – 80-talet och början av 90-talet – jobbade jag på Statens kulturråd respektive Statens ungdomsråd (numera Ungdoms-styrelsen). Dessa små myndigheter utgjorde bra utkiksplatser för trender och tidsanda.

Vad var det då jag såg? Jo:

- en definition av kultur(yttring) som teater, dans, musik, konst & museer, litteratur & bibliotek och folkbildning. Punkt.

- ett evigt bemötande, genom så kallade motbilder, av sådant som internt och lite

hädiskt kallades moralpanik...

- ... samtidigt med en syn på barn och unga som utsatta i väldigt många hänseenden: På konferenserna var en vanlig programpunkt en (medelålders) bibliotekarie eller social-arbetare som radade upp allt det hemska som barnen och ungdomarna "får se", på video, i tv-spel eller motsvarande. Problematiseringar eller kritiska förhållningssätt var tyvärr inte vanliga.

Det var lätt att åka med i domedagsstämningen: Vad ska det bli av våra ungar? Jag kikade ibland på Martin och Johan, när de spelade slagsmålsspel. Stod där en stund och såg dem puckla på varandras figurer i spelet. Blev de förråade? Borde vi förbjuda dem att spela de där spelen? De mest våldsamma fick inte komma över vår tröskel men även de "snällare" kunde bygga på en ganska enahanda syn på konfliktlösning.

Samtidigt kunde jag inte undgå att bli imponerad av deras skicklighet med de små knapparna på kontrollerna. Efter en stund kände jag dock min plikt som mor:

– Vill ni inte titta på Fem myror i stället?

Anade de att detta var ett knep för att få dem att efter Fem myror-videon gå ut och leka en stund? Antagligen.

– Nä, Turtles i så fall!

Teenage Mutant Ninja Turtles var en tecknad tv-serie med mycket slagsmål. Pest eller kolera. Då var det bättre att de fortsatte spela.

Suck. Men ingen hade sagt att det skulle vara lätt att vara förälder.

Som ledamot i styrelsen för Föreningen Liv i Sverige (LiS, se fotnot) – med mottot Varje liv är värt att skildra – tar jag del av mängden "vanlig" människas livsberättelse.

RESPONS! VARANNAN DAMERNAS

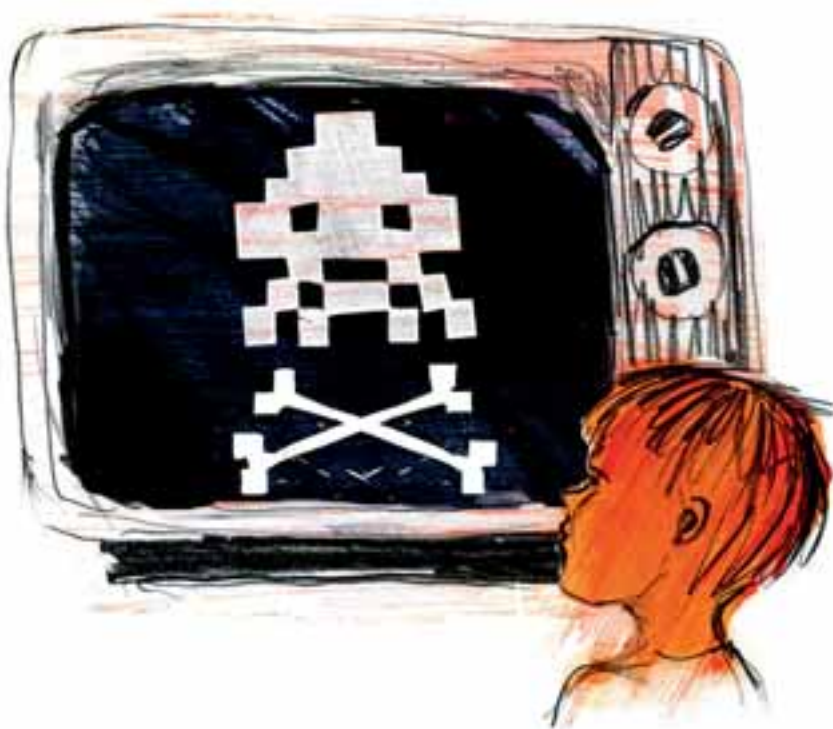


I Accent nr 6 läser jag att IOGT-NTO ska bli mer jämställt. Det är förstås bra. Självklart ska kvinnor och män i Sverige, och också inom vår rörelse, ha samma rättigheter, skyldigheter och möjligheter. Men kongressbeslutet om att styrelserna på alla nivåer

ska ha en jämn könsfördelning, det vill säga minst 40 och högst 60 procent av vardera könet, gör mig bekymrad.

I min lokalförening, och säkert många andra också, har vi svårt att få ihop en styrelse över huvud taget.

Varje år krävs mycket övertalning för att få några att ta på sig ansvaret att leda föreningen – eller sitta "bara ett år till" därför att vi inte kan hitta några nya. Extra svårt brukar det vara att övertala någon att ställa upp som kassör.



Vuxna har lätt att bara se nackdelar med nya kulturyttringar bland barn och ungdomar, menar Gunilla Sternelius, ledamot i styrelsen för föreningen Liv i Sverige. ILLUSTRATION: ANNA ÅGRAHN

Lusten att berätta om sitt liv är naturligt nog starkast hos de äldre. De vill föra sina erfarenheter och kunskaper vidare till barn och barnbarn. Det finns sådant som återkommer i dessa äldre människors berättelser, ofta företeelser som är väsensskilda från dagens liv och leverne, sådant som vår tids unga skulle säga "Jag vägrar!" om de blev ombedda att göra eller utsattes för.

Inom LiS-styrelsen är "is i hinken" ett samlingsbegrepp för sådana ofta detaljrikt skildrade umbäranden. Det vill säga att det var så kallt inomhus på morgonen, när elden i spisen hade slocknat, att det hade bildats en isskorpa på vattnet i hinken som stod i (det enda) rummet. Det är möjligen lite raljant, men vi säger det med kärlek, för vi vet att det för författaren/berättaren är högst relevanta skildringar. "Så här blev jag den jag är, detta var min uppväxt. Läs och lär, för framtiden!"

Det var med ett sådant LiS-manus i knät

jag lärde mig, såsom tillhörande generationen barnbarn till författaren, alltså en av dem hon ville tala till. Hon skrev om när biblioteket kom till orten och hur hon lånade hem högväs med böcker, satt i stearinljusskenet och läste, och läste, och läste. Hur föräldra- och mor-/farföräldragenerationen hade reagerat:

– Det där kan aldrig vara nyttigt!

– En massa griller får hon i sig! Ungen kan ju inte skilja på dröm och verklighet längre.

– Du förstör ögonen, flicka! Sitta och stirra på de där små krumelurerna timme ut och timme in i mörkret.

– Du är blek som ett lakan för att du alltid sitter inne. Ut och lek med dig!

Det var inget nytt, egentligen. Men det blev så tydligt för mig där, i den berättelsen, att jag och min man reagerat på tv-spelet exakt som denna kvinnas föräldrar och mor-/farföräldrar, födda i slutet/mitten av 1800-talet, hade gjort över flickans

bokläsande. Över Det nya hotfulla som vi inte riktigt förstår oss på.

Våra söners roliga tv-spelande morbror Perre, min käre storebror Per, var alkoholist och dog av det 1994, knappt 40 år gammal.

Alla som har förlorat något när och kär har väl lekt med tanken på hur det skulle ha varit om inte. Om Per inte hade blivit sjuk i alkoholism, hur hade det varit då? Med största sannolikhet hade han varit kvar i den här världen. Men hade han och våra nu vuxna söner haft intresset för tv-spel gemensamt? Hade han på den tiden kunnat stå emot Våldsskildringsrådet, bibliotekarierna och socialarbetarna i den "normala" och "förnuftiga" vuxenvärld som han då hade delat med, exempelvis, mig och maken? Jag tror att Pers på vissa plan alkoholhämmande utveckling tillsammans med hans relativa utanförskap hade en positiv "medaljens" baksida, nämligen en sorts rent sinne i förhållande till tv- och datorspelen. För våra söner blev det en kärkommen vuxenvärldens bekräftelse på deras intresse. De skrämmande symptomen av Pers sjukdom blev de annars nästan helt förskonade från, förutom det värsta, det slutliga. Och fortfarande vårdar vi Pers minne lite som en tv- och datorspelens skyddsängel hos oss. Sankte Mario.

Så, hur blir vi rena i sinnet och tar nya kulturyttringar för vad de är? Nämligen som de hot och möjligheter de är och inget annat. Inte genom att hämma vår utveckling eller sätta oss i utanförskap, det är inte det jag menar. Men det är en dyrköpt lärdom att ta till sig: Den egna barnsliga nyfikenheten (vi har den ju alla inom oss någonstans) kan vara en nog så god värdepåverkare. Den kan underlätta! För egen del tackar jag Per för den insikten. Och LiS-manus-författaren för det tidlösa sken hon gav den. ■

Fotnot 1: Medlemmar i Föreningen Liv i Sverige kan skicka in manus och få litterära råd av oss lektörer/styrelseledamöter. Föreningens främjar också det muntliga berättandet genom berättarkaféer. För mer information, se www.livisverige.org.

Fotnot 2: Ett urval hemsidor med information om tv- och datorspel (alla på www): goodgame.se, ungdomsstyrelsen.se, medieradet.se

Ska vi nu tvingas att ha en jämn könsfördelning i styrelsen blir det ännu svårare!

När vi äntligen har hittat någon som vill ta hand om kassan eller ordförandeklubban, ska vi då låta bli att välja henne eller honom på grund av att hon

eller han har fel kön? Eller känna oss misslyckade därför att vi inte lyckas leva efter kongressens beslut?

HELENA ANDERSSON



Det kom ett vykort...

RESPONS

TYCK TILL! Skriv eller ring till Accent och berätta vad du tycker om något du läst i tidningen. Mailadress är accent@iogt.se, övriga kontaktuppgifter finns på sidan fem i tidningen.

Viljan att ändra sitt liv

Det viktigaste motivet för att söka hjälp för alkoholproblem är den egna viljan att förändra sitt liv. Det visar en ny studie vid Göteborgs universitet.

■ **VÅRD** Annika Jakobsson har gjort djupintervjuer med fem kvinnor och sju män för att ta reda på varför de sökt hjälp för sina alkoholproblem.

Det visade sig att det övergripande motivet var den egna viljan att ändra sitt liv. Men även omgivningens förhållningssätt spelade in.

– Vad som var viktigt var att de fick en speciell typ av stöd som innehöll både krav och omsorg, förklarar Annika Jakobsson, som är forskare vid institutionen för socialmedicin på Göteborgs universitet.

– Det kunde vara en person eller några personer i deras omedelbara miljö, vänner eller professionella, som visade just den här omsorgen i kombination med krav som påverkade deras vilja att söka hjälp.

Processen startade oftast med att något hände i deras liv, eller att de började reflektera över sin situation.

– I ett fall var det till exempel en man som skulle bli far. En av kvinnorna var orolig för sitt jobb om hon inte sökte hjälp, och en annan hade fått besked av sin läkare att "du är alkoholist – du kan inte hantera detta själv".

DET HÄR LEDDE DOCK inte till att de omedelbart sökte hjälp, utan nästa steg var ofta att de kände sig ambivalenta. Å ena sidan insåg de att de behövde hjälp, men å andra sidan hade alkoholen stor betydelse i deras liv. Att alkohol stod för så mycket positivt var något som förvånade Annika Jakobsson.

– Jag frågade inte vad alkoholen betydde, men de berättade att den var smärtlindrande, dövande, något man såg fram emot, ett kitt i det sociala livet, belöning, renande – något som gjorde att man blev den man var egentligen. För kvinnorna kunde alkoholen innebära att de blev tuffa och kaxiga.

Samtidigt var de medvetna om att alkohol också kunde orsaka ångest och många andra problem.

En annan faktor som skapade ambiva-



Så länge alkoholen står för någonting positivt och personen upplever att han eller hon har kontroll
tiva effekterna och struntar i att söka hjälp. Det visar Annika Jakobssons djupintervjuer av personer

lens hos de intervjuade var att de trodde att de hade kontroll. De kunde resonera: "Men jag kan ju sluta om jag vill i morgon", samtidigt som de sedan fick black-outter.

»De berättade att alkoholen var smärtlindrande, dövande, något man såg fram emot, ett kitt i det sociala livet, belöning, renande – något som gjorde att man blev den man var egentligen.«

De insåg då att de inte hade kontroll, men efter ett tag tyckte de att de fick tillbaka den, med nya black-outter som följd.

IDENTITETEN VAR EN ANNAN viktig faktor som skapade ambivalens. Alkoholen gav en identitet, men samtidigt funderade personerna över vem de skulle bli om de fortsat-

te att dricka på samma sätt som det gjort tidigare.

Annika Jakobsson tror att ambivalensen i kombination med krav och stöd från omgivningen var det som till slut ledde till att de valde att söka hjälp.

Känslor av skuld, skam och genans var också en del av problemet, men på olika sätt för kvinnor och män.

– För kvinnorna var det mycket skuld och skam. För männen var det mer skam och genans.

Att männen känner genans kanske kan förklaras med den västerländska bilden av

viktigast för vården



över sitt drickande så blundar man för de negativa konsekvenserna med alkoholproblem.

FOTO: PHOTOS.COM



Forskaren Annika Jakobsson har studerat vad som får människor med alkoholproblem att söka hjälp.

FOTO: JENS EKELUND

männerna. Kvinnorna talade också om kra-
ven i samhället som ställs på dem.

maskulinitet, menar Annika Jakobsson, att män ska kunna hantera alkohol. Kvinnornas upplevelse av skuld är kanske inte heller så konstig, eftersom det ofta uppfattas som mer skuldbelagt för kvinnor att få alkoholproblem.

Ett gemensamt drag för kvinnorna var att de ofta berättade varför de hade fått problem. Det gjorde inte

Polisjakten blev en vändpunkt för Björn

■ **VÅRD** 33-åriga Björn från Göteborg hade problem med alkohol redan under gymnasietiden.

– Alla pratade om att jag hade dåligt ölsinne, berättar han. Jag var alltid den som ballade ur och slogs på festerna.

Drickandet accelererade och i 20-årsåldern hade han utvecklat alkoholism. Björn menar att det finns en ribba som alla kan gå över och gör man det är man alkoholist. För vissa, som i hans fall, är den bara mycket lägre.

För tre år sen, när hans dåvarande flickvän väntade deras son, fick en närstående honom att inse att han behövde hjälp. Björn började gå på gruppmöten. Han gick där i nästan ett år, men tycker inte att det hjälpte så mycket.

– Det som hjälpte var att jag fick börja med antabus.

Tabletterna skulle han ta hemma, men efter ett tag började han slarva, för han ville ha möjligheten att kunna börja dricka igen. Det ledde till återfall, sedan mer antabus och nya återfall.

Så höll det på tills Björn en kväll var på väg hem från ett internetcafé. Med 1,73 promille i blodet körde han för fort och blev jagad av polisen. Det slutade med att han kraschade rakt igenom en rondell och voltade med bilen. Mirakulöst nog klarade han sig med skrapår, men händelsen blev en tankeställare. Att han kunde ha dött och lämnat sin son utan pappa fick honom att inse det ohållbara i situationen.

– Kvinnors alkoholproblem ses oftast som värre än mäns, uppfattade de här kvinnorna.

Uppfattningen att man ville hålla alkoholproblemet för sig själv var däremot påtagligt lika för bägge könen.

DET ÄR NATURLIGTVIS SVÅRT att dra några generella slutsatser från materialet, men resultatet har legat till grund för seminarier med yrkesverksamma. Där framkom

Krocken ledde till vård på behandlingshem och en månads fotboja. Behandlingshemmet var mycket bra tycker Björn.

– När suget kommer har jag verktyg att trycka ner det. Jag blir inte panikslagen när det kommer. Undvik att ta det första glaset – det var en viktig sak.

På eget initiativ återupptog han behandlingen med antabus, men fick nya återfall. Inte fick återfall, utan tog återfall rättar han.

– Det är inget som flyger på en.

Det sista återfallet slutade med självmordstankar, och Björn blev inlagd på psyket. Det var en tuff period med svår abstinens, och han fick ta lugnande medel för att klara det. Men sedan vände det, och i snart ett år nu har Björn hållit sig nykter.

– 2006 var ett ljus år. Allt har blivit mycket roligare och bättre. Jag ser träden och fåglarna som kvittrar som man aldrig hört förut. Man går inte i en bubbla längre.

Björn har haft sjukpenning, men har precis fått jobb på en golfbana. Han tillbringar mycket tid tillsammans med sonen, som är den bästa terapeuten menar han.

Någon mer alkohol blir det inte.

– Tar jag ett glas så blir det bara kalabalik – så illa är det. Men jag har insett det nu, och det är himla skönt. Att inse att man är alkoholist är svårt, men jag har fattat det det senaste halvåret.

JENS EKELUND

Fotnot. Björn heter egentligen något annat. Han har inte ingått i Annika Jakobssons studie.

det att många kände igen de här fenomenen hos människor med alkoholproblem. Annika Jakobsson, som är sjuksköterska i botten, anser att man inom vården rutinemässigt borde fråga patienter om deras alkoholvanor. Det kanske kunde få folk att börja reflektera kring sitt drickande och förhoppningsvis söka hjälp om de inser att de har problem.

JENS EKELUND

acceht@iogt.se

Alkoholism gör hjärnan äldre

En ny amerikansk studie tyder på att alkoholism kan påskynda hjärnans åldringsprocess.

■ ÄLDRA Ett amerikanskt forskarlag vid Boston University School of Medicine har undersökt om alkoholister gör samma känslöbedömningar av ansiktsuttryck och ord som patienter med olika typer av neurologiska och psykiatriska sjukdomar.

Totalt 163 män och kvinnor deltog i studien. Av dem var 61 alkoholister varav 14 hade Korsakoffs syndrom (alkoholdemens). De jämfördes med patienter med Parkinson, schizofreni, depression och posttraumatiskt stressyndrom, samt med en kontrollgrupp bestående av 70 friska personer utan alkoholproblem.

Deltagarna i studien fick ange känslor samt gradera intensiteten av känslor i både ansiktsuttryck och ord. Resultatet visade att alkoholisterna i studien skilde sig i sina känslöbedömningar från kontrollgruppen med friska personer. Generellt gjorde de

liknande bedömningar som de deprimerade patienterna

Alkoholisterna i studien visade en tendens att bedöma negativa ansiktsuttryck som mindre negativa, och neutrala ord som mer positiva, än kontrollgruppen. Liknande bedömningsmönster av emotionella stimuli återfinns hos äldre människor.

DE KVINNLIGA ALKOHOLISTERNA HADE en tendens att uppfatta fler positiva känslor i positiva ansikten och i positiva ord än vad de alkoholiserade männen gjorde. Det fanns däremot inga skillnader mellan män och kvinnor i bedömningen av negativa stimuli. Hos samtliga äldre personer i studien, oavsett diagnos, fanns en tendens att bedöma olika känslöstimuli som mindre negativa.

Resultatet stödjer hypotesen att alkoholism bidrar till att hjärnan genomgår en hastigare åldringsprocess, och att förändringsprocessen kan starta tidigt men påskyndas senare i livet.

ANETTE RIMÖNT

accent@iagt.se

Källa: Neuropsychology, 2007;21:3:346-362.

»Alkoholister gör samma känslöbedömningar av ansiktsuttryck och ord som patienter med olika typer av neurologiska och psykiatriska sjukdomar.«

SIFFROR & FAKTA

GRAFIK: MARTIN THELANDER

Så här farliga är drogerna

Här följer den brittiska regeringsutredningens ranking över de 20 farligaste drogerna.

- | | |
|--|-------------------------------------|
| 1 Heroin | 12 Flyktiga lösningsmedel |
| 2 Kokain | 13 4-MTA (ecstasyliknande) |
| 3 Barbiturater (starkt beroendeframkallande sömnmedel) | 14 LSD |
| 4 Illegalt metadon | 15 Metylfenidat (amfetaminliknande) |
| 5 Alkohol | 16 Anabola steroider |
| 6 Ketamin | 17 GHB |
| 7 Bensodiazepiner (används även legalt som lugnande medel) | 18 Ecstasy |
| 8 Amfetamin | 19 Alkylnitrit (poppers) |
| 9 Tobak | 20 Kat |
| 10 Buprenorfin (legalt vid drogavvänjning) | |
| 11 Cannabis | |

Listan är enligt The Independent den första i sitt slag och baseras på vetenskapliga fakta kring drogernas skadlighet på både individen och samhället. Den beställdes av regeringen - men ignoreras nu av ministrar på grund av det kontroversiella innehållet.



KORT OM FORSKNING

Tobak inkörsporten till cannabis

TOBAK En studie från Holland visar att tobak oftare än alkohol är inkörsporten till cannabisbruk. Om man lyckas minska tobaksbruket, skulle även cannabisbruket minska, hävdar forskaren bakom studien.

Källa: Addictive Behaviors
2007;32:7:1441-1450.

Drogpåverkade förare vanligt i Spanien



CANNABIS I en spansk studie genomförd 2004, med 2 500 personer mellan 14 och 70 år, angav 15,7 procent

i en enkätundersökning att de använt cannabis de senaste 12 månaderna. Av dem hade 9,7 procent kört bil cannabispåverkade i snitt åtta gånger. En av fem (19,9 procent) hade åkt i genomsnitt fem gånger under året med en bilförare som kört cannabispåverkad.

Källa: Forensic Science International,
2007;170:2-3:111-116.

Behandlingsresultat sämre för mammor

BEHANDLING Det finns lite kunskap om behandling av drogberoende föräldrar, men nu visar en engelsk studie att kvinnor med psykiatriska symtom, som har vårdnaden om sina barn, inte lyckas tillgodogöra sig sin behandling. Forskarna menar att behandlingsresultatet skulle förbättras om mammorna fick hjälp med barnen.

Källa: Addictive Behaviors,
2007;32:8:1657-1668.

Cannabis på tredje plats i Brasilien

CANNABIS En studie i Brasilien visar att cannabis är den vanligaste drogen efter alkohol och tobak bland medicinstudenter. Den används mest av manliga studenter, och oftast i samband med sportaktiviteter vid universitetet.

Källa: Addictive Behaviors,
2007;32:8:1740-1744.

Nollning på gymnasiet:

3,6

promille hade en 16-årig flicka i blodet efter nollning.

Källa: Dagens Nyheter

Paul tar ansvar för bilderna

Paul Hansen är en av Sveriges mest beundrade och prisbelönta fotografer. En av anledningarna är hans engagemang och djupa respekt för dem han fotograferar.

■ **ELDSJÄL** På väggen hemma hos Paul Hansen hänger en bit splitter från en granat i en svart träram. En liten förvriden bit metall som kunde ha blivit hans död men som nu istället hänger där som en påminnelse. En påminnelse om respekt inför kriget och inför arbetet som fotograf i oroshärdar.

Det var den 14 april 1994, en vacker vårdag en bit utanför Tuzla i Bosnien. Paul Hansen, nu fotograf på Dagens Nyheter, vid den här tiden på Expressen, bevakade kriget tillsammans med Peter Englund. De besökte den nordiska FN-bataljonen, läget var lugnt och Paul och Peter tog tillfället i akt att sola lite i sluttningen nedanför skyddsvärnet.

Plötsligt small det. En serbisk stridsvagn, eller kanske var det en pansarvärnspjäs, besköt dem från andra sidan dalen. Projektilerna färdas snabbare än ljudet, någon förvarning får man inte. Granaten slog ner mindre än fem meter från dem. Den enda anledningen att de klarade sig oskadda var att de låg ned i en sluttning – splittret passerade någon meter över deras huvud.

Det improviserade skyddsrummet låg inte långt bort och tre danska leopardstridsvagnar kom snart till undsättning. Faran över för den här gången.

– Det är nog det närmaste jag har varit döden, säger Paul Hansen.

Den första resan till Bosnien gjorde han 1992, efter det blev det fler än dussinet resor på kort tid.

– Den första resan var verkligen en väck-



Paul Hansen tar emot pris för årets fotograf.

FOTO: CHRISTINE OLSSON / SCANPIX

»Man kan inte bygga en karriär på människor som har det dåligt.«

arklocka. Jag var 28 år, dåligt påläst och hade nog egentligen en ganska vag uppfattning om konflikten. Det jag gjorde under den där resan var att jaga efter bra bilder istället för att hitta bra berättelser. Det ena haltar utan det andra, bilder utan en berättelse blir bara ett estetiserande av kriget.

I **DAG GÖR PAUL** Hansen i princip samma research inför jobben som en skrivande journalist gör.

– Jag har lärt mig att som fotograf måste du alltid ta ansvar för bilderna. Det är mitt ansvar att hitta intressanta berättelser att visa i bilder. Då måste du veta vad det handlar om.

Efter händelsen utanför Tuzla sa han till

Peter Englund att "det här håller vi käften om, annars blir storyn bara om vad som hänt oss".

– Peter höll med, men någon vecka efter att vi kommit hem kom en chef på Expressen springande och frågade efter bilderna, jag tror att det var någon FN-anställd som läckt.

Någon hjälte är inte Paul Hansen intresserad av att vara eller bli sedd som.

– Manser både fotografer och journalister som gör en grej av att de är så jävla modiga. Då ställer man sig i vägen för berättelsen. Och det är ju lätt för oss att komma dit och spela hjälte... vi har pengar, tillgång till sjukvård, chaufför och en returbiljett hem till Sverige.

För några år sedan bad en ung fotograf-kollega Paul Hansen om råd. Hur gör man egentligen för att jobba på Västbanken? Kollegan ville dit och jobba för att han "måste förbättra sin portfolio".

– Om det är motivet ska du inte åka ner, svarade Paul Hansen. Man kan inte bygga en karriär på människor som har det dåligt.

PIERRE ANDERSSON

pierre.andersson@iogt.se

FAKTA PAUL HANSEN

ÅLDER: 43 år

GÖR: Fotograf på Dagens Nyheter sedan sju år. Har tidigare jobbat på Expressen och GT, samt några år som frilans i New York. Har gjort reportage i länder som Irak, Jugoslavien, Afghanistan, Palestina och Libanon.

UTMÄRKELSER: Paul Hansen blev nyligen utsedd till Årets pressfotograf av Pressfotografernas klubb. Det var sjätte gången på tio år som han fick utmärkelsen, år 2000 vann han också utmärkelsen Årets Bild.

KALENDER 2007

OKTOBER

5 Måndag Bror

ISLAND NordAN, nordisk alkohol- och narkotikakonferens i Reykjavik, 5-7 oktober.

12 Fredag Valfrid, Manfred

VÄRLDENS BARN Insamlingshelg den 12 och 13 oktober.

16 Tisdag Finn

STOCKHOLM Dagseminarium, IOGT-NTO-gården, Stockholm
Införseln - minskar den eller

ökar? Och vad innebär det? Mats Ramstedt, alkoholforskare från SoRAD, Stockholms Universitet talar.

17 Onsdag Antonia, Toini

STOCKHOLM Seminarium om forskning, politik och vård inom drogområdet. Arrangeras av CAN.

26 Fredag Amanda, Rasmus

STOCKHOLM Riksträff för förebyggare, Tollare Folkhögskola, 26-28 oktober.

NOVEMBER

1 Torsdag Allhelgonadagen

STOCKHOLM Ljusmanifestation för narkotikans offer.

8 Torsdag Vendela

STOCKHOLM Dagseminarium, IOGT-NTO-gården, Stockholm
Alkoholpolitik i siffror - en förklaring till alla siffror vi använder oss av i debatten, Gabriel Romanus, ordförande i Alkoholpolitiskt Forum och NordAN samt tidigare VD Systembolaget

13 Tisdag Kristian, Krister

GÖTEBORG 13-17 Förebygg.nu, mässa i Göteborg

30 Fredag Anders Andreas

STOCKHOLM AN 08 - Alkoholpolitisk storhelg, Tollare folkhögskola, Saltsjö-Boo

DECEMBER

22 Lördag Natanael, Jonatan

FRANKRIKE Vit Jul, nyktert julifirande i franska Les Contamines.

Ny tid för Grönland

Klimatförändringar, strävan efter självständighet
och alkoholproblemen dominerar framtiden





HANS EGEDE



På Grönland påverkar klimatförändringen sedan länge människors vardag. Livsvillkoren ändras, och supandet är utbrett.

– Hittills har det för vår del handlat om Danmark, Danmark, Danmark. Nu ska det i stället bli världen, världen, världen, säger politiker och musikern Lars-Emil Johansen optimistiskt.



FAKTA GRÖNLAND

YTA Grönland är världens största ö, 4,5 gånger så stort som Sverige, varav 85 procent täcks av is.

BAKGRUND Grönland koloniserades av Danmark under 1700-talet, men har självstyre sedan 1979. Efter en folkomröstning gick Grönland ur EU 1985. Grönland har två representanter i det danska parlamentet, folketinget.

FLAGGA Grönland började använda en egen flagga 1985. Den är röd och vit och föreställer solens uppgång över polarisens vidder.

INVÅNARE Antalet invånare är drygt 56 000. Runt 11-12 000 av dem är inflyttade danskar. Huvudstaden heter Nuuk som har omkring 15 000 invånare.

LARS-EMIL JOHANSEN har varit politiker på Grönland i över trettio år och är dessutom musiker. Han är nykter alkoholist och arbetar också aktivt för att minska det utbredda missbruket av alkohol och har startat två behandlingshem.

TEXT SVEN ROSELL FOTO KENT KLICH

Få personer är så starkt förknippade med Grönland som Lars-Emil Johansen, 60. Han har varit Grönlands ledande politiker i flera årtionden och länge representerat ön i det danska folketinget. För snart 30 år sedan var han med och grundade partiet Siumut som närmast motsvarar ett socialdemokratiskt parti av nordiskt snitt. Nu reser han också runt på Grönland med sin musikgrupp The Soul Mates och talar om sina personliga erfarenheter av alkoholmissbruk.

Lars-Emil Johansen ser ljust på Grönlands framtid som en självständig nation. Sedan 1979 har ön självstyre under Danmark. Nästa steg är att bli en egen stat. Självstyret har varit reellt. Medan Danmark gick in i EU hade Grönland en egen folkomröstning som resulterade i ett nej till den europeiska unionen. Och Grönland lämnade EU 1985.

– Vi har medlemskapets alla fördelar, men slipper nackdelarna. Det är vi själva som sätter fiskekvoterna – inte EU.

Det märks genast att Lars-Emil är en garvad debattör. Hans välformulerade svar levereras nästan utan betänketid. Från början var det meningen att han skulle bli lärare. Det blev han också 1970 - i samhällskunskap och danska. Men ödet ville något mer.

På 70-talet var självstyret på gång, och EU-medlemskapet ställdes på sin spets. 1978 var han med och grundade det vänsterorienterade Siumut. Med åren, säger de som vet, har både han och partiet blivit mer pragmatiska.

Det hindrar inte att han vågat kritisera supermakten USA både

i FN och i det danska folketinget, bland annat för hemliga fångtransporter.

Grönland kommer, säger Lars-Emil, fortsätta att göra sig allt mer oavhängigt av Danmark. I allt väsentligt är de grönländska partierna överens om att det är den rätta vägen. En fjärdedel – 3,6 miljarder danska kronor (4,5 miljarder svenska kronor) - av öns bruttonationalprodukt kommer från den danska statskassan.

En positiv sida av den globala uppvärmningen är att berget blottläggs när inlandsisen drar sig tillbaka så att mineraltillgångarna blir brytbara. Grönland har gott om bland annat zink, järnmalm, molybden, kol, guld, diamanter och olivin. Dessutom talar det mesta för att det finns stora oljetillgångar runt ön. Fyra bolag är igång med borrhinar i havet.

– Potentialen är enorm. Här finns antagligen mer olja än i Nord-sjön. Vi ska upprätta en oljefond som Norge. Räntorna från den ska ersätta de pengar som Danmark betalar i dag.

FISKETS BETYDELSE AVTAR TROLIGEN i framtiden. Oljan och fisket ska då leva sida vid sida på Grönland. Det innebär stora förändringar för livsvillkoren. Isarna bär inte lika länge som förr på grund av uppvärmningen. Det gör att färre kan leva av jakt och traditionellt småskaligt fiske. En del övergår till att fiska från båt. Andra går över till arbete i gruvnäringen och industrin. Följden blir att många måste flytta från de små byarna till de större samhällena. Oljefondens avkastning kommer att räcka till satsningar mot de sociala problemen, anser Lars-Emil. Omställningen blir stor för många, det medger han.

När vi möter Lars-Emil pågår debatten på landsmötet, Grönlands parlament.





Grönland påverkas av det varmare klimatet. Det traditionella fisket väntas minska till förmån för utvinning av olja och mineraler.

– Vi tittar på de sista frågorna i självstyrelseprocessen, säger han och ser nöjd ut.

Danmark accepterade att Grönland lämnade EU. Till frågorna som diskuteras nu hör hur det ska gå till när Grönland successivt tar över mer av utrikespolitiken.

Lars-Emil raljerar över att ön importerar många danskar. Han vill se en förändring så att kompetensen kommer från flera håll. I dag är bortåt en femtedel av de 56 000 invånarna inflyttade danskar.

NELSON MANDELAS BOK *Vägen till Frihet* står i hyllan i det lilla ombonade kontorsrummet. Man förstår att mycket av Lars-Emils tankemöda handlar just om vägarna till frihet och oberoende från Danmark. Mandela finns även representerad bland fotona, klippen och citaten på väggen.

Lars-Emil ägnar mycket av sin tid åt att åka runt på ön och tala om alkoholmissbruk och om sin egen problematiska relation till alkohol.

– Jag förstörde min familj, fick besvär med magen och knäna. Drickandet gick ut över mitt arbete eftersom jag är den ambitiösa typen, berättar han.

Lars-Emil struntade i sin hälsa och levde som om han inte hade

någon familj. Han hade nyktra perioder men återvände gång på gång till supandet.

– Det blev en konflikt mellan mitt yttre och mitt inre liv. Jag kunde vara våldsam, grov, full och lögnaktig. Men jag ville inte vara sådan. Nej, jag ville vara förstående, karismatisk och inte så arrogant.

Alkoholen tog över taktpinnen och han tog stora risker. Till slut insåg han att det bara var att kapitulera. Han lämnade politiken i sex veckor och genomgick Minnesotas tolvstegsprogram. Det var för 13 år sedan, och sedan dess har han inte druckit.

– Folk tog emot mig igen efter behandlingen. Jag är skyldig Grönland ett stort tack för detta.

LARS-EMIL SPELAR PIANO OCH dragspel. Men tidigare var musicerandet synonymt med att dricka. Nu turnerar han med sin grupp The Soul Mates, som även har spelat in en cd. Gruppen har rest runt och framträtt på platser runt om på hela ön. I anslutning till konserten håller Lars-Emil föredrag om hur det är att vara alkoholist och om vad man kan göra åt det.

Tio danska kronor per såld cd-skiva går till ett barnhem, Amarn-givat, på Östgrönland. En personlig upplevelse ligger bakom initiativet. Lars-Emil var på besök i en liten by där barnen lämnades



Uppvärmningen gör att det blir färre isar att fiska från i framtiden på Grönland.

»De vuxna söp medan sexuella övergrepp pågick. Jag brukar inte gråta, men den gången gjorde jag det.«

LARS-EMIL JOHANSEN



Barnen kan skapa en ny trend menar Lars-Emil Johansen som vill starta en föräldraskola för att kunna stävja alkoholmissbruket.

vind för våg. De vuxna söp medan sexuella övergrepp pågick.

– Jag brukar inte gråta, men den gången gjorde jag det.

Alkoholen drabbar naturfolken särskilt hårt, framhåller han. Om en tiondel av befolkningen på de flesta håll är alkoholister så är andelen bland naturfolken snarast den dubbla.

– En alkoholist påverkar i snitt fyra personer i sin omgivning. 12 000 människor på Grönland är alkoholister. Det betyder att de drabbade är fyrdubbelt fler, 48 000. Nästan hela befolkningen påverkas alltså.

FÖRNÄRINGSLIVET PÅ GRÖNLAND är kostnaderna för alkoholen enorma. Effektiviteten sjunker och frånvaron är stor.

Lars-Emil har startat två behandlingscenter för alkoholmissbrukare på Grönland. Centret i Nuuk heter Qaqiffik vilket betyder ”stället där man tar sig upp”.

– Det gäller att kämpa ner alkoholens roll. Här kan barnen skapa en ny trend. Nu trycker barnbarnen på för att få mig att sluta röka, säger han och skrattar.

En av Lars-Emils käpphästar är att starta en föräldraskola. Hela familjen behöver behandlas, anser han. I föräldraskolan ska man ta tag i missbruksfrågorna. Vi måste, understryker han, lära oss att vara öppna och tala om problemen.

Samtalet glider tillbaka till förskjutningen mellan öns näringar. Övergången till gruvdrift och industri kräver stora satsningar på utbildning. Grönland har stor brist på utbildad arbetskraft. I Nuuk är högskolan under utbyggnad, men det behövs mer. Mycket mer.

– Vi behöver en gruvarbetarskola. Där behöver vi kunskaper från Sverige, säger han och tittar menande på besökarna.

Mineralbrytningen måste ske försiktigt, poängterar han. Arktis är en känslig miljö.

– Vi kan inte hålla på och säga att ”Så brukar vi göra”. Det är oanvändbart. I stället måste vi acceptera att klimatet blir varmare och inse att det blir förändringar. ■

FAKTA LARS-EMIL JOHANSEN

ÅLDER: 60

FAMILJ: Fränskild, tre barn

YRKE: Politiker, folktingsledamot, ledamot i Grönlands regering

BOR: I Grönlands huvudstad Nuuk

FRITID: Musiker, spelar dragspel och piano, umgås med barnen och vännerna, går på AA-möten, promenerar.

Supandet drabbar barnen

På Grönland pågår en flyttström från små byar till större samhällen. Jakten och det småskaliga fisket avtar i betydelse. Det är en svår omställning. Många föräldrar super, och fylleriet och våldet driver ut barnen på gatorna.

■ **MISSBRUKET** – Alkoholmissbruket är det största problemet här. Det finns barn som inte vågar gå hem, säger Kirsten Ørgaard, psykolog och föreståndare på Mælkebøtten (som betyder Maskrosen) i huvudstaden Nuuk.

Mælkebøtten, som öppnades för drygt ett år sedan, är en fristad för barnen i Nuuk. Ett barnens eget hus där de kan leka och äta lagad mat under ordnade former. Det är ett slags kombinerat fritidshem och barnhem. Mælkebøtten tar emot övernattande barn.

Personalen hämtar de minsta barnen på förskolor och skolor på eftermiddagarna. Läxhjälp erbjuds, och läxorna prioriteras högt. Det ska vara inne att sköta sitt skolarbete. Hit kommer barnen för att få lugn och ro.

Möbler, leksaker, böcker, datorer – allt är nytt och fräscht. Initiativet till Mælkebøtten kom från Grönlands Arbetsgivarförening. Därefter har verksamheten utvecklats i samarbete med bland annat Red Barnet (Rädda Barnen) i Danmark. I dag får huset ekonomiskt stöd av mer än 150 sponsorer. Nuuk kommun och styrelsen för Grönland (Hjemmestyret) bidrar också ekonomiskt.

Förutom Mælkebøtten finns två barnhem i Nuuk. Kommunen har även fältarbetare som arbetar förebyggande med att motivera barn att ägna sig åt skolarbete och idrott. Man frågar sig varför ett så pass litet samhälle som Nuuk med bara 15-16 000 invånare behöver omfattande sociala insatser. Knappt 4000 av invånarna är under 18 år. Nästan en femtedel – 18 procent – av de unga förekommer i polisrapporterna under ett år.

NÅGOT ENKELT ENTYDIGT SVAR finns inte. Men Grönland är ett samhälle i omvandling. Isarna bär inte lika länge som förr på Nordgrönland. Vintrarna har blivit kortare. Följden har blivit att många människor överger jakten och det traditionella småskaliga fisket genom isen. En del säljer sina slädhundar och övergår till att fiska från båt. Andra ger sig iväg till annan ort för att arbeta inom gruvnäringen.

Många familjer flyttar, framför allt till Nuuk. Några små byar har i det närmaste tömts på folk. I ett flerfamiljshus i Nuuk bor ofta invånare från en och samma by.

Barnen betalar ett högt pris. Alkoholmissbruket är utbrett. I maj förbjöds all alkoholförsäljning i öns nordligaste samhälle Qaanaaq. Många föräldrar där klarade inte av att ta hand om sina barn.

»**Alkoholmissbruket är det största problemet här. Det finns barn som inte vågar gå hem.**«

KIRSTEN ØRGAARD



Mælkebøtten är en fristad för barn till missbrukare.



Kirsten Ørgaard är psykolog och föreståndare på Mælkebøtten.

Folk drar sig för att slå larm om missförhållanden i de små samhällena. Sexuella övergrepp och självmord är förfärande vanligt. Under 2006 begicks ett självmord i veckan på Grönland. Bara under maj månad förra året begick elva personer självmord i Nuuk. Man kan fråga sig vad som skulle ha hänt om en lika stor andel människor tagit livet av sig i en stad som Köpenhamn eller Stockholm.

KIRSTEN ØRGAARD BESKRIVER MÆLKEBØTTENS metodik som en form av konsekvenspedagogik. "Vi tycker om dig, men vi tycker inte om allt du gör." Dialog är viktigt. En väsentlig del av arbetet med barnen går ut på att de ska nå självinsikt.

– Vi har möten med barnen. De får lära sig att de har rättigheter



Flytten från små byar in till större samhällen är en svår omställning som skapat problem med bland annat missbruk och våld.

och att de behövs. Ingen som kommer hit ska behöva vara rädd.

Barnen övar sig i att samtala i stället för att slå i konfliktsituationer. Tanken är att barnen ska inse att det finns annat i livet än våld och supande. Alkohol och tobak är bannlyst.

Huset rymmer ett välutrustat aktivitetscenter öppet till klockan 21. Här finns bland annat ungdomscafé, internetcafé, verkstäder, snickeri och utrymmen för måleri. Varje kväll serveras lagad mat. Målgruppen är barn mellan 0 och 17 år, någon skarp åldersgräns tillämpas dock inte.

Huset är öppet för alla barn. Även barn från resursstarka hem söker sig hit, mycket tack vare att det händer så mycket här. Men barnen delas inte upp, filosofin är att alla har något att bidra med till helheten. Personalen följer med de yngre barnen till idrott och andra aktiviteter på olika håll i kommunen.

BARN BLIR PLACERADE PÅ Mælkebøtten av socialförvaltningen i Nuuk. Förhoppningen är att barnen ska kunna återvända hem eller, i andra hand, att de ska få plats i ett familjehem. Vid vårt besök övernattar nio barn på Mælkebøtten. Huset besöks av närmare 50 barn varje dag.

– Vi måste få mönsterbrytare, sådana som bryter det negativa psykologiska och sociala arvet. Trots en problematisk uppväxt kan man klara sig bra här i livet.

En ljuspunkt, framhåller Kirsten Ørgaard, är att alla på Grönland talar öppet om de sociala problemen i dag. Så såg det inte ut för 10-15 år sedan.

TEXT:SVEN ROSELL

FOTO: KENT KLICH



Många barn i huvudstaden Nuuk lever ett liv på gatan. En femtedel av alla under 18 år förekommer i polisrapporter under ett år.

FAKTA ALKOHOLMISSBRUKET PÅ GRÖNLAND

ALKOHOLISTER: ca 12 000 (av drygt 56 000 invånare)

ANHÖRIGA: ca 48 000

SJÄLMORD: ca ett i veckan

ÅTGÄRDER: Förbud mot alkoholförsäljning i staden Qannaq, fältarbetare, fritidshem och öppet hus för barn till missbrukare, etc.

BEHANDLING: Flera behandlingshem finns.

Filmskaparen Roy Andersson är bedrövad över hur egotrippat och cyniskt vårt samhälle har blivit och tycker inte att det är ett dugg konstigt att folk dränker sin ensamhet i alkohol och andra droger. Men han har inte tappat hoppet om mänskligheten. Hans nya film "Du levande" är ett inlägg mot cynismen och profithungern.

Andersson

»Engagerad och bedrövad«

AV MARIA ZAITZEWSKY FOTO MARIA ANNAS, NIKLAS ALM

Så här månaderna efter att arbetet med filmen "Du levande" är avslutat kan filmskaparen Roy Andersson äntligen luta sig tillbaka. Det har tagit sammanlagt fyra år, med vissa avbrott. Sommaren har varit hektisk med filmfestivalen i Cannes, intervjuer och – nu – den stundande biopremiären på svenska biografer. Hur känns det?

– Åh, riktigt bra, säger Roy och försvinner nästan bakom alla papper, pärmar, mappar, block, böcker, pass och småprylar som trängs på det gigantiska skrivbordet i hans arbetsrum. Här, i fastigheten på Sibyllegatan i Stockholm, både bor och arbetar han och här har också 57 av senaste filmens scener spelats in i studiomiljö. Produktionsbolaget Studio24 är hans eget.

Röran i rummet är imponerande. Här tronar inte bara pappershögar. Bokhyllorna som täcker väggarna är sprängfyllda av böcker och filmrullar. Men Roy försäkrar att han har koll på var allt finns.

– Fast om någon skulle få för sig att städa här så skulle det bli kaos, säger han med ett leende.

Ler gör han ofta. Han känns avslappnad, vänlig och engagerad. Han säger själv att det mesta här i världen engagerar honom. Människor och deras historier, historia, konst och musik. Var-dagliga scener han ser ute, berättelser han hör eller konstverk inspirerar honom och ger honom idéer till filmscener som han lagrar i sitt huvud.

Historieintresset är påtagligt och han slukar litteratur om framför allt andra världskriget, den tidsepok som han själv föddes in i. Det är en av anledningarna till att han skapade vandringsutställningen "Sverige och Förintelsen", som just nu visas i Göteborg.

– Genom att lära av historien kan vi förstå nuet. Det fruktansvärda som hände då med judeutrotningen kan mycket väl hända i dag också. Därför att detta så viktigt att tala om och belysa, säger han.

Kanske viktigare än någonsin, för Roy Andersson är bedrövad över hur vårt samhälle har blivit, även om han inte vill kalla sig pessimist.

– Ta alla jäkla dokusåpor och förnedringsprogram, som Idol till exempel. De som gör programmen borde för fan hamna i fängelse, säger han och gestikulerar med händerna för att riktigt understryka att han menar vad han säger.

– Sedan snackar man om att barn mobbas i skolan. Tacka sjutton för det, när samhället sanktionerar sånt beteende. Nej, allt handlar bara om profit, om att tjäna pengar. Man tar inte längre hand om sin nästa, alla är sig själva närmast. Och varför ska vi sköta oss när allt omkring oss är så respektlöst? Kvalité, eftertanke och riktigt hantverk existerar knappast längre, allt ska gå snabbt och ingenting får kosta någonting.

Det märks att frågorna berör och upprör, Roy nästan spottar fram orden. Så fortsätter han:

– Och vad händer med alla dem som inte klarar trycket? Jo, för att överleva tar de till alkohol. Eller dränker sina sorger i ett hysteriskt sportande eller shoppande.





För Roy Andersson är filmen ett sätt att uttrycka protest mot det rådande samhället.

FOTO: NIKLAS ALM

Han tycker att samhället är sjukt. Men samtidigt vill han inte tappa hoppet.

– Jag tror nog att vi kan driva både oss själva och miljön ännu längre ner mot avgrunden, men när vi mår riktigt dåligt, då tror jag att det goda ändå tar över, att vi kommer till insikt om att vi inte kan fortsätta leva så här. Men risken är ju att det är för sent att göra något då.

Han ser sina två senaste filmer "Sånger från andra våningen" och "Du levande" som viktiga inlägg i samhällsdebatten. Mot det kommersiella, snabba och för det genomarbetade, konstnärliga och kvalitativa.

– Ingen vill betala för kvalitetsfilm i dag. Teve och dvd tar över allt mer och bildspråk och manus utarmas. Det är sorgligt att det är så få i dag som brinner för att göra film, som verkligen vill berätta något. De flesta sneglar på vad publiken vill ha och gör därefter. För mig som konstnär är folkbildning viktigt, att visa publiken på alternativ, säger Roy.

Vilken är hans egen drivkraft när han gör film?

– Att protestera mot det rådande samhället och visa att film-

mediet har en visuell potential. Genom att göra långa tagningar i realtid med stillastående kamera, genom att renodla miljöer, färger och stämningar, skala av och blottlägga, visar jag att det går att nå fram. Jag använder ingen datateknik i mina filmer, det är ett riktigt hantverk som får ta tid. I dag finns det nästan inga filmer som man gärna ser om. Allt konsumeras och glöms snabbt.

Roy inspireras av filmer som Vittorio de Sicas "Cykeltjuven", som han kallar ett mästerverk och en djupt humanistisk film samt regissörer som Fellini, Bunuel och Kubrick. Filmkonstnärer som vill säga något om livet och samtiden.

HANS EGNA FILMER KOMMENTERAR i allra högsta grad vår samtid – och det med kritisk blick. Människorna i filmerna är bleka, hålgöda, inkrökta och lever torftiga, ensamma och ofta sorgliga liv. Miljön känns 60- eller 70-tal, färgerna är urvattnade. De minner om ett svunnet folkhemssverige, samtidigt som karaktärerna – nästan alla amatörer – är nutida, liksom deras problem.

– Förmodligen är jag präglad av min uppväxttid och det syns förstås i mina filmer, även om jag strävar efter en slags tidlöshet.

»Jag tror nog att vi kan driva både oss själva och miljön ännu längre ner mot avgrunden, men när vi mår riktigt dåligt, då tror jag att det goda ändå tar över, att vi kommer till insikt om att vi inte kan fortsätta leva så här.«

De är kulturellt mycket svenska och lokala, för i det lokala finner man ofta det allmängiltiga, menar Roy och nämner att han, trots en mängd prestigefyllda priser för förra filmen, inte har fått något extra filmstöd för denna film.

Han rycker uppgivet på axlarna åt detta faktum, men verkar inte särskilt förvånad. Filmer som "Pirates of the Caribbean" prioriteras före smal kvalitetsfilm, anser han.

– Finansieringen är ett ständigt problem och jag är oerhört skuldsatt. Det var därför jag var tvungen att spela in några reklamfilmer, samtidigt som jag gjorde "Du levande".

REKLAMFILM JA. ROY PRATAR kritiskt om profithunger, men säljer sig själv till reklam.

Hur går det ihop?

– Alltså, jag gör ju knappast reklam för vad som helst. Jag tackar nej till meningslösa produkter som knallfärgad läsk till barn eller reklam där människosynen är hemsk. Lyckliga familjer går bort. Det måste finnas någon sorts heder bakom, trots att det är kommersiellt, säger Roy och poängterar att det alltid är han som blir tillfrågad.

– De vill då ha min stil och mitt bildspråk. Jag har gjort reklam för Lotto, Posten och Felix exempelvis. Men också för chips och McDonalds, haha. Det kan ju tyckas cyniskt eftersom man blir fet av hamburgare och chips. Men jag äter faktiskt själv på McDonalds och gillar det, så...

Skulle han kunna göra reklam för alkohol?

Roy tystnar och funderar ett ögonblick. Han medger att han är svag för goda kvalitetsviner. Men reklam? Nej, förmodligen inte.

Visst dricker han ett glas ibland, men han understryker att han är måttlig "jag vill ju vara klar i knoppen". Och före trettio års ålder var han nykterist, av pur rädsla att inte kunna tänka klart. Möjligen har hans inställning med uppväxten att göra.

Hans far var nykter alkoholist och hade under alla år stöd av Länkarna. Och en av hans tre bröder har missbruksproblem. Solidariteten med de svaga och utsatta har han med sig i modersmjölken.

Uppväxten i Göteborg var kulturellt torftig. Roys far var transportarbetare, hans mor piga. Roy hade inga krav på sig att "bli något".

Men i skolan fascinerades han av litteratur och drömde om att bli författare. Han hade också konstnärsambitioner och i filmska-

pandet sammanföll dessa två drömmar. Han började studera film på Dramatiska Institutet i Stockholm och 1970 regisserade han sin första film "En kärlekshistoria".

Sin enkla bakgrund ser Roy som en stor fördel.

– Underläget har blivit en styrka. Det handlar lite om revansch, man vill inte acceptera överheten och vara underdånig, stå där med mössan i hand. Jag har ju hjärtat till vänster och anser att kampen mot klassamhället är viktig. Alla människor måste få chansen till en dräglig tillvaro.

FÖR ROY PERSONLIGEN HAR livet varit gott. Han är nöjd med vad han har åstadkommit, både privat och yrkesmässigt. Döttrarna Sandra och Carina är hans stolthet, men också hans senaste två filmer. Visst är han desillusionerad över filmkonsten av i dag, men drömmer ändå om att göra en tredje film i samma anda som de föregående två.

– Jag ser mina två senaste filmer som skisser. Den första var filosofisk och existentiell, den senaste är mer vardaglig och lättillgänglig. Den tredje filmen skulle bli något riktigt stort. Jag vill försöka upplösa tid och rum. Men det handlar ju om att kunna finansiera projektet.

En annan dröm är att skriva musik.

– Jag spelar lite piano, gitarr och trombon. Och elgitarr. Hamrar lite på trummor. Men jag kan inte noter! Jag skulle vilja skriva melodier och texter, det vore roligt.

Säger mannen som är intresserad av allt och som mitt i all bedrövelse över samhällets själsliga misär ser lika hoppfull och glad ut som en skolpojke. ■

FAKTA ROY ANDERSSON

NAMN: Roy Andersson

ÅLDER: 64

FAMILJ: Döttrarna Sandra och Carina, två barnbarn

BOR: Sibyllegatan i Stockholm

YRKE: Filmskapare, regissör

BAKGRUND: Examen från Dramatiska Institutet 1969, långfilmerna "En kärlekshistoria" 1970, "Gillia" 1975, "Sånger från andra våningen" (2000), "Du levande" (2007). Flera kortfilmer och reklamfilmer för bland annat Lotto, Posten och Felix.

Minska stressen genom a

Stress påverkar vår andning. Och tvärtom. Genom att förändra hur vi andas kan vi minska kroppens stresspåslag. Det säger Nils Edelstam, läkare på PBM stressmedicine i Stockholm.

■ **ANDNING** – Många av oss har fastnat i en stressandning, och märker inte att vi andas på tok för mycket, säger Nils Edelstam.

Så nu sitter jag med en slang i näsan, EKG-elektroder fastsatta med något som liknar svettband runt handlederna, och klämmor runt pekfinger, långfinger och tumme. Mottagningsrummet är ljus och jag försöker andas normalt. Via en skärm läser Nils Edelstam av hur min kropp och andning påverkas av stressen. Lite nervöst känns det allt, så fort jag börjar tänka på hur jag verkligen andas blir andning forcerad.

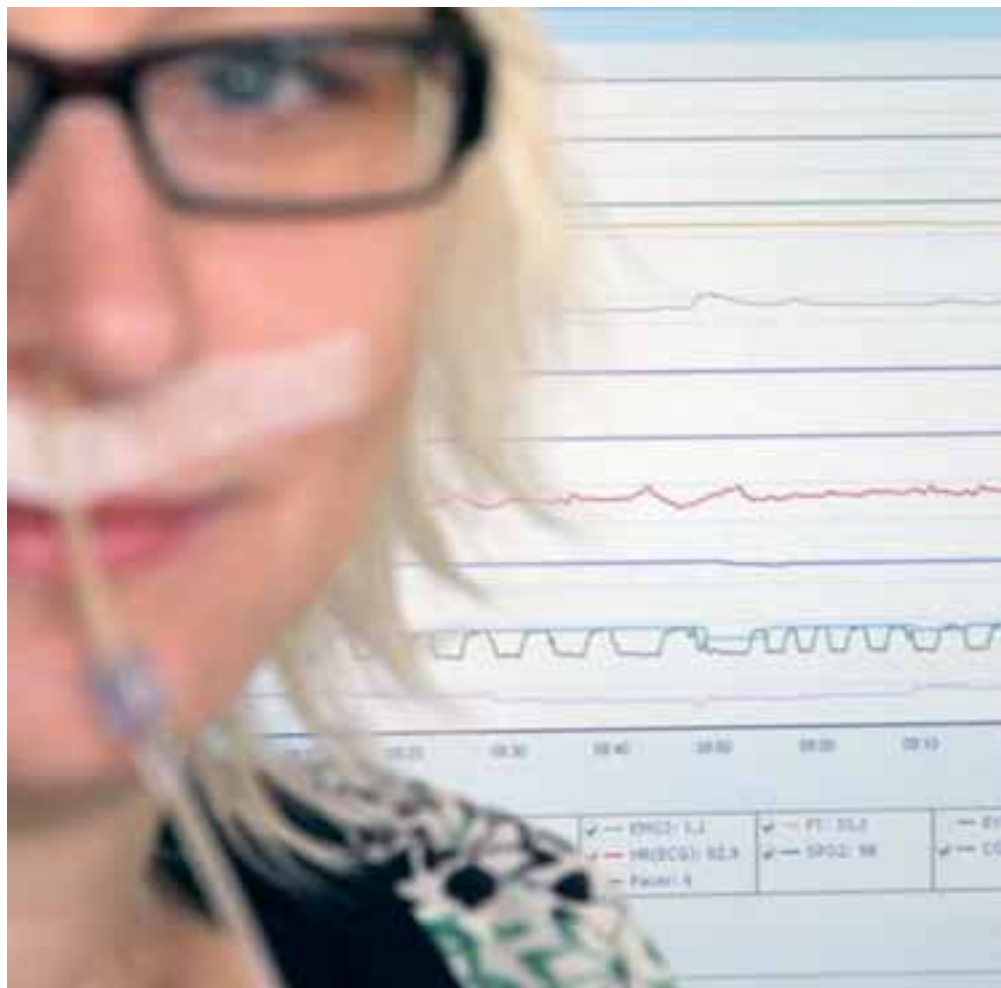
– En variabel som mäter mental stress, den reagerar direkt till exempel när man koncentrerar sig, ska prestera eller svara på en fråga. Det är samma som en lögn-detektor, när man ljuger stressas kroppen och då reagerar den på ett viss sätt, säger Nils Edelstam

Det visar hur andningen och den mentala stressen påverkar varandra. Andetagens hastighet och djup mäts, men också hjärtslagen och hudens värme. Dessutom kontrolleras blandningen av syre och koldioxid. För stress handlar också om kemi, den sätter fysiska spår i blodet. Det blir för mycket syre och för lite koldioxid. Stress påverkar nämligen balansen dem emellan.

– Det här är ett tillstånd som kallas kronisk hyperventilation. Något många går och bär på utan att veta om det, säger Nils Edelstam.

Koncentrationssvårigheter, muskelspänningar, stickningar, domningar eller yrsel kan vara tecken på att vi har fastnat i en stressandning. När vi känner oss stressade andas vi med så kallad bröstandning. Det är kroppens naturliga sätt att ta hand om omedelbar fysisk fara, som exempelvis ett anfallande lejon.

IDAG HANDLAR STRESSEN SNARARE om att ha för många mejl på datorn. Så kroppen går så att säga bet på faran. Vi får inte utlopp för den anspänning som kroppen byggt upp. Istället sitter vi kvar på vår stol framför



Accents reporter Hanna Nolin lär sig att andas rätt för att minska stressen i kroppen.

datorn och andas och andas, och kroppen sänder signaler till hjärtat att det ska jobba hårdare. Det blir ett konstgjort stresspåslag som spår på vår egen stresscirkel – vi känner oss bara allt mer stressade.

»För att kunna minska stressen med hjälp av vår andning måste vi bli medvetna om hur vi andas.«

–Vi mår inte bra men kan inte sätta fingret på vad det är. För att kunna minska stressen med hjälp av vår andning måste vi bli medvetna om hur vi andas, säger Nils Edelstam.

FÖR OM HJÄRNAN UNDER en längre tid har vant sig vid den låga koldioxidhalten som finns när vi stressas får vi dessutom fel signaler från hjärnan. Så även om vi försöker andas lugnare så känns det inte bättre.

Istället skriker hjärnan efter att bibehålla samma låga koldioxidhalt som vi haft under en längre tid. När vi försöker andas långsammare kan vi få en känsla av att vi inte får tillräckligt med luft, fast det är precis tvärtom!

– Eftersom det ibland kan vara svårt att själv avgöra vilken andning man verkligen har kan det vara bra att rent fysiskt mäta syre- och koldioxidhalten i blodet för att se om man andas lagom långsamt och djupt,

Att andas på rätt sätt

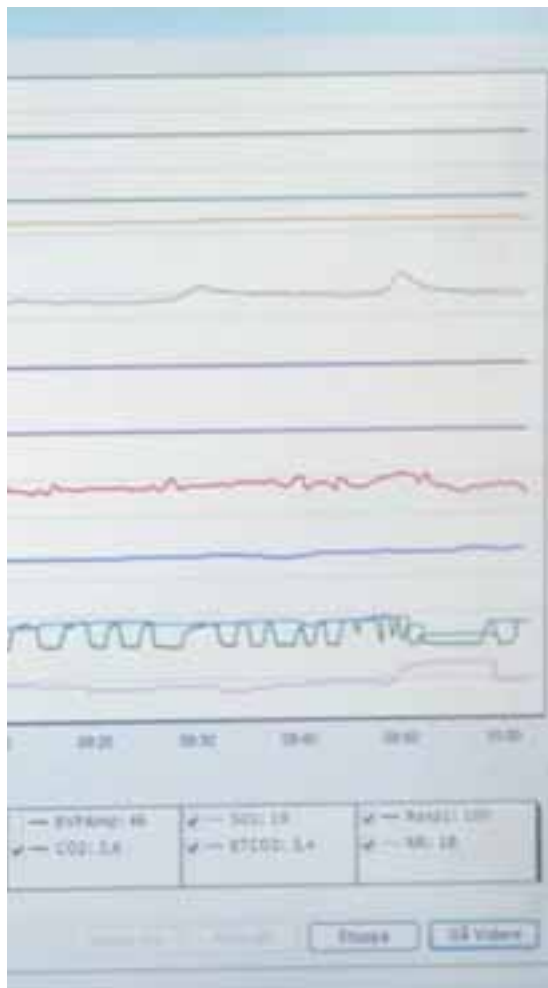


FOTO: CHRISTIAN SALTAS



Läkaren Nils Edelstam tittar på Hannas testvärden.

FOTO: CHRISTIAN SALTAS



Även puls, hudens värme och hjärtslag mäts.

FOTO: CHRISTIAN SALTAS

säger Nils Edelstam och skjuter fram skärmen mot mig.

Där ser jag nu min stress i vitögat, små darriga streck bildar toppar och dalar av informationen från alla detektorer på mig. Så fort jag pratar blir kurvorna små och snabba vilket betyder en viss stress, men när jag på uppmaning andas lugnare ändras strecken på skärmen. Det betyder att jag själv kan påverka min stressnivå med hjälp av min andning. Jag lider alltså inte av kronisk hyperventilering, säger Nils Edelstam och tar mig i handen.

– Fast du är lite kall om händerna, så lite stressad är du.

I en stressituation rör sig nämligen blodet från de yttre delarna in mot kroppen

för att kunna ge stora muskler mer syre. Fingertemperaturen är en bra mätsticka för stressnivån.

– Genom att träna upp förmågan att påverka sin andning kan man själv påverka en stressig situation. Om du efter att ha andats lugnare märker att du snabbt blir varmare om fingrarna vet du att du har lyckats sänka din stressnivå.

NÄR VI ANDAS LUGNARE så sänder vi signaler till hjärnan om att det inte är så farligt. Den svarar i sin tur med att sända ut signaler till kroppen om att minska stressen. På så sätt kan man lära sig att bevara lugnet trots en stressig situation.

Hur många andetag vi tar per minut och

FAKTA SÅ ANDAS DU BORT STRESSEN

Andningsövning

ANDNINGSÖVNING som ökar koldioxidhalten i blodet.

1. Andas in långsamt, i tre sekunder.
2. Håll kvar luften under tre sekunder
3. Andas ut lugnt under tre sekunder. (Pressa inte på, hinner inte all luften ut så gör det inget.)
4. Vila från andning under tre sekunder. Upprepa steg 1-4.

Gör du något så när rätt så hamnar du så småningom på 5-6 andetag per minut. Det kan kännas för lite, men det är det inte. Andas inte alltför djupt, då kan du hyperventilera trots den låga andningsfrekvensen.

Träna fem minuter varje dag så kommer du att märka skillnad redan efter några veckor.

PBM Stressmedicine

KBT På PBM stressmedicine i Stockholm jobbar psykologer och läkare med stressprevention och behandling av människor som fått besvär av stress.

Kognitiv beteendeterapi, KBT, är kärnan i behandlingen. Målet är att få människor att försöka förändra sitt beteende för att minska stressen. En viktig del i detta är andningen.

hur djupa de är påverkar balansen mellan koldioxid och syre i blodet. För att få till en bra blandning och andning gäller det att hitta tillbaka till en magbaserad andning, att använda diafragman.

– Prova att ligga ner på rygg och hålla en hand på magen, där ska andningen synas. Tryck lite lätt, då hittar du diafragmans rörelse. När du andas ut ska du inte forcera utandningen, utan bara låta den ske, helt passivt, säger Nils Edelstam.

En normal andningsrytm ligger på mellan 10-15 andetag i minuten. Så egentligen handlar det om att andas mindre för att orka mer.

HANNA NOLIN

accent@iogt.se



Minskad dödlighet om fler äter fisk oftare

MAT Fisk är lika nyttigt som ryktet säger – trots att en del fiskar kan innehålla miljöföroreningar. Det är slutsatsen av en rapport från Livsmedelverket. Nyttan av fisken överstiger i de flesta fall riskerna och om fler åt fisk skulle dödligheten i hjärt- och kärlsjukdomar minska, menar forskarna. Fisk är rik på D-vitamin, jod och selen och fet fisk, som lax och sill, innehåller

mycket Omega3-fettsyror. Kostrådet är att äta fisk 2-3 gånger i veckan. I dag äter var fjärde svensk fisk mer sällan än en gång per vecka och bara var tredje äter fisk två gånger per vecka eller oftare.

Vill man ändå inte äta fisk kan man få i sig Omega 3-fettsyror via växtriket, till exempel via linfröolja.

MARIA ZAITZEWSKY

Ändrat levnads sätt halverar cancerrisk

CANCER Cancerfallen kan halveras om människor skulle ändra sina levnadsvanor. Det säger Robert Weinberg, världslidande cancerforskare. Bakom en stor del av alla cancerfall ligger nämligen rökning och fetma. Om vi dessutom äter mer grönsaker och mindre rött kött skulle dödligheten kunna sänkas med 60 procent

Vi är friskast mellan 35 till 44 år



FRISK Män och kvinnor är friskast i åldern 35 till 44 år, vilket är de år då de flesta har barn

och arbetar mycket. Kvinnorna är under denna period lika friska som männen, vilket de inte är senare i livet. Bland kvinnor i åldersgruppen 45 eller äldre ökar andelen långtidssjuka med 70 procent. Med en genomsnittsalder på 30 år för förstföderskor har de flesta kvinnor yngre barn fram till 44 års ålder, vilket ger en hög total arbetsbelastning. Trots detta är kvinnorna alltså som allra friskast då..

Kontroll minskar rädsla för brott

BROTT Många människor är rädda för brott, men rädslan står sällan i proportion till risken att faktiskt utsättas för ett brott. Så vad är det då som gör oss rädda? Enligt Anita Heber, kriminolog vid Stockholms universitet, handlar rädslan om människors sårbarhet; vilka fysiska, sociala och ekonomiska möjligheter en person anser sig ha för att kunna för-



FOTO: PHOTOS.COM/SAMTLIGA BILDER

UTMANA RÄDSLAN

CIRKUSTRÄNING Att svinga i trapets och göra cirkusakrobatik blir en allt mer populär träningsmetod. I USA och England har träningen varit populär ganska länge, men nu har den kommit också till Sverige. Under september håller Cirkus Cirkör kurspremiär för sin cirkusträning för vuxna. Träningen blandar fysiska moment som att jonglera, svinga i trapets, gå på lina och akrobatik med träning i mental styrka. Cirkusträning ökar styrkan, smidigheten och konditionen. Men här finns också ett mervärde som alla träningsformer inte har. Akrobatik ställer krav på mod och jonglering har bevisats vara en utmärkt metod för att träna logiskt tänkande och koncentration. Att hänga i tapets ger en enorm kick. Cirkusträning är helt enkelt att utmana sin rädsla och våga lite mer.

MARIA ZAITZEWSKY

hindra ett brott. Även mörker, offentliga platser och okända personer framkallar rädsla. Slutsatsen av Hebers studie är att minskad brottslighet inte leder till minskad rädsla för brott. Om människor känsla av kontroll däremot ökade, skulle rädslan minska.

Smarta kläder med inbyggda datorer

KLÄDER En metod att väva in elektronik i tyg har uppfunnits av forskare vid Linköpings universitet. Tekniken öppnar för "smarta kläder", men



också för medicinska implanterat och flexibla datorskärmar. "Smarta kläder" skulle kunna ha inbyggd elektronik för värme, kommunikation eller hem-sjukvård. Försöken har utförts med konstfibrer som nylon, kevlar och polyester. Forskarna började med att väva in enkla kretsar i tyget. En inverterare med tre motstånd och en transistor konstruerades, som kunde utföra logiska operationer vid 1-2 volts effekt.

BOKTIPS

Gröna apoteket från naturen

Gröna apoteket – att bruka och bereda terapeutiska örter
Marie-Louise Eklöf
Prisma



I stället för att uppsöka läkare eller gå till apoteket för enklare åkommor kan naturens

eget skafferi vara till hjälp; en sedan länge bortglömd kunskap. I den här boken får man, i tre huvudkapitel, dels veta vilka läkeörter som finns i vår svenska natur och vad de hjälper emot. Dels hur man gör för att torka, bereda och bevara örterna och sist men inte minst en alfabetisk lista över olika åkommor och tillstånd och vilka örter som då kan användas. Praktiskt och spännande och därtill med vackra bilder!

MARIA ZAITZEWSKY

Matta eller inte matta – det är frågan

ALLERGI Allergiker har länge blivit rädda att inreda sina hem med blanka och lättstädade ytor, eftersom det skulle minska mängden damm och partiklar. Men nu hävdar danska forskare motsatsen. Enligt Danska statens Boforskningsinstitut, SBI, kan mattor, gardiner och sammetsstapeter bidra till att fänga upp damm och partiklar som allergikerna annars skulle andas in i lungorna.

Lo Kauppi går vidare

Succépjäsen 'Bergsprängardottern som exploderade' har blivit bok. Nu vill Lo Kauppi lämna det förflutna bakom sig och gå vidare.

■ FÖRFATTARE Lo Kauppis succépjäs *Bergsprängardottern som exploderade* spelades för fulla hus över hela landet åren 2004 och 2005. Det var en gripande enmansföreställning om att växa upp med en alkoholiserad pappa, om ätstörningar, missbruk och utsatthet. Den gjorde stor succé. Men det var också en kraftfull vidräkning över samhällets oförmåga att lyssna på och hjälpa unga människor.

Långt efter att den sista föreställningen hade spelats fortsatte beställningarna att rasa in. Det var då Lo bestämde sig för att boken, som egentligen redan var skriven och låg till grund för teaterpjäsen, skulle ges ut.

– Jag trodde att det var en smal historia jag hade skrivit. Men det visade sig att väldigt många kände igen sig. Jag fick många förfrågningar om fler spelningar efter att jag hade slutat. Men jag orkade inte spela mer. Det blev för jobbigt att återuppleva allt kväll efter kväll. Därför skrev jag klart boken istället. Nu kan folk läsa den och det blir lättare för mig att gå vidare, säger Lo.

LO BÖRJADE SKRIVA STRAX efter att hennes pappa dog till följd av sitt alkoholmissbruk. Från början skrev hon enbart för sin egen skull, men när hon gick på Teaterhögskolan i Stockholm vågade hon för första gången prata öppet om sin bakgrund och då sammanställde hon monologen *Bergsprängardottern som exploderade* av det hon skrivit.

När den nu kommer ut i bokform på Norstedts Förlag kallas den dokumentärroman. Det är en rak och realistisk berättelse om en ung människas väg in i och ut ur missbruket. Det är sprutor, spyor, urin, hopplöshet och ångest. Men det är också stark kärlek och en obändig vilja. Kopior av fotografier, personliga brev och förhørsprotokoll är instuckna mitt i den nerviga berättelsen.

– Jag har försökt att vara modig och ta med allt som är viktigt. Jag har valt ut alla de delar av mitt liv som på något sätt påverkade mig att bli den jag är, säger Lo.

Los pappa var periodare. Trots det hade han lyckats starta ett eget företag som bergsprängare och familjen kunde flytta



Efter succén med pjäsen "Bergsprängardottern som exploderade" om hennes uppväxt och missbruk, har Lo Kauppi skrivit en bok som bygger på pjäsen.

FOTO: NORSTEDTS

»Man är inte korkad för att man är 15 år. Ungdomar vet oftast vad som är deras problem.«

från lägenheten i Värberg till en stor villa i Nacka. Det var den fasaden som visades upp medan alkoholproblemen sopades under mattan. Lo vände sin ångest inåt. Hon började dricka, hoppade av skolan och utvecklade ätstörningar.

UNDER TVÅ ÅR BODDE Lo i ockuperade hus i London och missbrukade amfetamin och heroin innan hon slutligen lades in för tvångsvård. Då hamnade hon på ett Haselainspirerat kollektiv i Örtrask där hon togs om hand av utbildad personal som i flera fall knappt var äldre än hon själv. De såg ner på missbrukare och saknade kunskap om hennes grundläggande problem: ätstörningar och en otrygg barndom.

– Inom andra områden får man gärna vara fanatisk, inom konst till exempel. Men inte när det handlar om barn och ungdomars liv. De kunde ha varit ödmjuka och tagit emot kunskap från människor utanför kollektivet, säger Lo som är mycket kritisk till Hassela.

Hon pratar gärna och länge om brister i samhällets insatser för ungdomar. Om att det måste ske bättre tillsyn, att det saknas kunskap och resurser, och att ungdomarna inte tas på allvar.

– Jag försökte ofta berätta om mina problem. Men det var ingen som plockade upp det, säger Lo.

– Man är inte korkad för att man är 15 år. Ungdomar vet oftast vad som är deras problem. En missbrukare har två personligheter. En som är sjuk och en som är frisk. Vårdare, psykologer och all annan personal måste ta vara på och lyssna på den friska delen. För den vill sluta med missbruket. Det är en väldigt kort tid det är roligt med droger, sedan blir det ett helvete. Framförallt vill Lo att man ska sluta moralisera över och skuldbelägga den enskilde missbrukaren. Skulden ska sökas i omgivningen.

– Jag vill lyfta frågorna från individnivå till att handla om familjen och samhället. Det finns alltid en anledning till att till exempel unga tjejer skär eller svälter sig, säger Lo.

MEN TROTS ALLT GICK det bra för Lo. Hon lämnade Örtraskkollektivet, läste in högsta-diet och gymnasiet på Komvux, kom in på Teaterhögskolan i Stockholm och blev skådespelare. Nyss var hon aktuell i *Jösses flickor – Återkomsten* på Stockholms stadsteater och i höst ska hon spela i en Hamlet-uppsättning på Riksteatern i regi av Lars Norén.

– Det känns jättekul att jag idag kan använda mig själv som levande exempel på att det går att komma ur missbruk och ätstörningar. Om jag hade skrivit den här texten och sedan dött i en överdos, hade den haft en helt annan ton. Nu, när jag lever och mår bra, går det till och med att skratta åt vissa partier.

CARL MAGNUS HÖGLUND
accent@iogt.se

FAKTA LO KAUPPI



FÖDD: 1970.

BOR: Södermalm i Stockholm.

FAMILJ: Singel.

AKTUELL: Med dokumentärromanen *Bergsprängardottern som exploderade*. I höst medverkar hon i Riksteaterns uppsättning av *Hamlet* i regi av Lars Norén.



Martin Parr fångar det moderna livets s

Martin Parr, fotografier 1971-2000
Kulturhuset i Stockholm

UTSTÄLLNING Med glimten i ögat fångar brittiske fotografen Martin Parr det moderna livets smaklöshet och absurditet, med vår tids massturism och konsumtionshysteri. I hans bilder ersätts reklamens idealiserade produkter, livsstilar och konsumenter av vardagens

banala användande. Martin Parr skildrar ämnen och företeelser som vi alla känner igen från reklamvärlden, men vrider på bildspråket så att det uppstår motsättningar mellan motivet och fotografiets glansiga yta. Motiven han väljer är ofta lite udda och perspektivet annorlunda. Parr kallar själv den överväldigande makt som reklamens bilder har för "propaganda" och han

Rajs briljerar men övertygar inte

Nordens farligaste kvinna
och andra mordberättelser
Jovan Rajs
Norstedts

BIOGRAFI Jovan Rajs är kanske



mest känd som rättsmedicinaren som vittnade vid den så kallade styckmordsrättegången då två läkare stod

åtalade för mord på den prostituerade Catrine da Costa på 1980-talet. Nu har han skrivit en bok om sina erfarenheter efter 25 år som professor i rättsmedicin. Rajs besitter otvivelaktigt djupa kunskaper inom sitt ämnesområde liksom gott omdöme och en intellektuellt klurig humor. Ändå kan jag inte låta bli att undra över syftet med boken. Den innehåller en hel del "name dropping" och mängder av detaljer om det vardagliga arbetet på rättsläkarstationen. Han skildrar en rad mer eller mindre makabra fall som kittlar fantasin ungefär på samma sätt som en deckare fast med den extra knorren att det är på riktigt. Man kan bli mörkrädd för mindre. Speciellt jobbigt är det att läsa om 6-åringen som hittas intryckt i en koffert.

Kanske har Rajs inspirerats att skriva boken till följd av det stora intresse som rättsmedicinen har rönt i fiktionen på senare år genom exempelvis TV-serien CSI och Patricia Cornwells deckare. Det är tänkbart att han har velat ge en mer realistisk bild av hur arbetet går till och det är i så fall ett vällovligt syfte. Annars är det lätt att få intrycket av att boken är en sorts uppvisning i briljans i skepnad av



KÄRLEK OCH VÅLD

Den man älskar
Svensk film med Rolf Lassgård, Jonas Karlsson och Sofia Ledarp.
Regi Åke Sandgren.

FILM Lena lever ett tryggt liv med sin nye make Alf. De driver en fiskaffär tillsammans och Lena ser sig som lyckligt lottad som har funnit en så bra och snäll man. Ingen som ser henne kan ana att hon några år tidigare misshandlades svårt av sin före detta man, Hannes. När filmen börjar har Hannes just frigivits från sitt fängelsestraff och Lena är paniskt rädd att han ska söka upp henne och misshandla henne igen. Mot allt sunt förnuft är det i stället Lena som söker upp Hannes. Hon vill veta om han har förändrats genom den terapi han har fått. Hannes vill att hon håller sig borta, eftersom också han är rädd för vad som kan triggas igång om de ses. Men Lena är envis. Hon dras till Hannes mot sin vilja och snart är hennes nya äktenskap i kris. "Den man älskar" är något så ovanligt som en nyanserad film om misshandel. Här är det inte självklart att just Hannes är monstret, även om han är den som misshandlat Lena. Grymma stråk finns också hos Alf. Lena själv är visserligen urtypen för den misshandlade kvinnan som förväxlar våld med kärlek och som lätt hamnar i beroendeförhållanden. Man tänker: varför söker hon sig tillbaka till den gjort henne så illa? Filmen ger inga svar, men man inser att det inte är så enkelt. Lena är paradoxalt nog inget offer, utan är stark och tar egna beslut. Det här är en film som vänder upp och ner på många fördomar och som därför blir både intressant och tankeväckande.

MARIA ZAITZEWSKY

lättnad underhållning. På 270 sidor klarar han av ett flertal brott som vart och ett hade räckt till en hel roman för en vanlig deckarförfattare, plus ett inte oansenligt antal anekdoter ur sitt privatliv.

Jag tycker inte att den här

boken känns angelägen men den fungerar som verklighetsflykt för oss lyckligt lottade som inte löper en omedelbart överhängande risk att bli knivskurna, strypta eller sexmördade.

ANNA LUNDBÄCK

En av årets mest läsvärda romaner

Skumtimmen
Johan Theorin
Wahlström&Widstand

ROMAN En dimmig sensomarmardag i början på 1970-talet försvinner en liten pojke spårlost från Ölands Alvar. Fortfarande tjugo



år efter händelsen har hans mor, Julia, inte kunna släppa taget. Hon lever inte, utan överlever, dag för dag. Hon har sedan länge flyttat från Öland, men hennes far bor kvar på ön. En dag ringer han upp sin dotter och ber henne komma. Han har hittat spår efter sitt barnbarn Jens, ett spår som kanske kan lösa gåtan kring hans försvinnande. Julia återvänder till ön där hon levde under många år och snart rullas en märklig historia upp.

I centrum står en ondskefull man, Nils Kant, med många grymma gärningar på sitt samvete. Är det han som dödat Jens? Han dog visserligen, enligt utsago, året innan Jens försvann, men envisa rykten gör gällande att han i själva verket fortfarande lever. Berättelsen är oerhört suggestiv, spännande och ruggigt välskriven. Redan från första raden lyckas Theorin försätta läsaren i en obehaglig och lite dunkel stämning, som sedan finns med i hela boken.

Överlag är miljöbeskrivningarna suveräna och växlingarna mellan nutid och Julias sökan- de efter svar och dåtid, där Nils Kants uppväxt och bisarra öden står i fokus, gör den här romanen till en av årets allra bästa och mest läsvärda. Ett absolut måste!

MARIA ZAITZEWSKY

s smaklöshet och absurditet

slår effektivt håll på denna "propaganda" genom att använda vapen som kritik, förförelse och humor i sina bilder. På så vis når han fram till betraktaren och får oss att tänka till kring hur vi lever.

Parr anses vara en av vår tids stora fotografer och är internationellt uppmärksammas för sitt nytänkande bildspråk. Han har arbetat som proffsfotograf sedan

1973. Utställningen visar fotografier som spänner över tre decennier. I början av 1980-talet skildrade han ofta de brittiska medborgarnas vardag. Längre fram i sin karriär kom han att använda modebildernas formspråk i sin fotokonst. Utställningen pågår fram till januari 2008.

MARIA ZAITZEWSKY

maria.zaitewsky@iogt.se



Läckerheter från det italienska köket

Hösten lockar till nya tag i köket och för de flesta matintresserade står det italienska köket högt i kurs. Två nya kokböcker med italienska recept har just landat i bokhandeln, olika sinsemellan, men bra bägge två.

Maten från Italien – en resa för matälskare
Övers Kerstin Törngren
Prisma

MAT En både aptitlig och spän-



nande kokbok, med recept från hela Italien, som gör att det känns lätt och kul att kavla

upp ärmarna. De vackra bilderna ger mersmak och upplägget känns vettigt med pedagogiska kapitel om fisk&skaldjur, pasta&ris, grönsaker, pizzor&bröd och efterrätter&bakverk osv. Ett stort plus är att man lyfter fram lokala specialiteter som exempelvis arancini från Sicilien, små friterade risbollar fyllda med mozzarella. Super-



Paolo Roberto har skrivit kokbok och en kärleksförklaring baserad på hans tio fastrars matlagning. På bilden ser vi Peperoni arrostiti all insalat.

gott och lite annorlunda än de standardpastarätter som man ofta finner i kokböcker.

Mina fastrars mat – menyer från Maddaloni
Paolo Roberto
Albert Bonniers Förlag

MAT Kan före detta värstingen och boxaren Paolo Roberto skriva? Jo, det kan han fak-



tiskt och den här kombinerade kokboken/levnadsberättelsen är en riktig pärla. Mycket autentisk,

med en varm och personlig ton. För den som känner till syditaliensk mat står det helt klart att här är alla recept äkta och de lyfts fram av de fantastiska råvarorna på det enkla sätt som är det syditalienska kökets signum. Som titeln antyder, har varje faster/moster (jisses, tio stycken!) fått var sitt kapitel och varsin meny att kombinera. Men rätterna går lika bra att laga var och en för sig. Varje kapitel inleds med ett matminne eller en historia från Roberto, kopplad till hemtrakten utanför Neapel. Texterna är skrivna med lätt hand och är ofta humoristiska. Som små skisser från Maddaloni. Vackra och inspirerande bilder på den läckra maten, som får det att vattnas i munnen, varvas med privata bilder på släkten Roberto. Buon appetito!

MARIA ZAITZEWSKY

MISSA INTE

1 BOK "Mingelproffs minglarens handbok" (Forum) av Leena Männik Styren. Hur gör man när man förväntas gå runt och prata spiritueellt med främmande människor på en stor tillställning? Lätt är det inte, kan de flesta vittna om. Man känner sig ofta dum och klumpig. Den här boken ger handfasta och kul tips på hur man gör för att knyta kontakt på ett otvunget sätt.



2 UTSTÄLLNING "Nicholas Roerich, från Ryssland till Haparanda" på Dansmuséet i Stockholm. Roerich (1874-1947) var konstnär, arkeolog, forskningsresande, visionär och humanist. Han föddes i St Petersburg men levde de sista decennierna av sitt liv i Himalaya. Förutom Roerichs drömska konstverk finns här också ett urval dräkter ur Ryska Baletten. Fram till den 6 januari 2008.

3 FILM Samhällskritiska "Sicko", av Oscarsbelönade Michael Moore har premiär den 5 oktober och handlar om brister inom det amerikanska sjukvårdssystemet. Budskapet är; bli aldrig sjuk om du vill vara frisk i USA. 47 miljoner amerikaner står nämligen utan sjukvårdsförsäkring.

HALLÅ DÄR PÅ HOLLENDER AKTUELL MED KNARK-KONST PÅ GÖTEBORGS BIENNAL

Gillar att provocera

Berätta om ditt konstverk – en hög med kokain!

Alltså, det är ju ingen hög med kokain, däremot ska högen kunna innehålla knark, om folk dumpar sitt knark där, vilket är tanken. Högen symboliserar de cirka fyra ton narkotika som svenskar sätter i sig årligen. Den består av kalciumkarbonat, ett vitt pulver.

Alla besökare uppmanas plocka upp de små kuvert och paket som finns överallt i lokalen och sedan kasta det ifrån sig. Den som vill kan ju låta ett par gram kokain slinka med utan att det märks.

Varför knarktema?

Det är alltid roligt att peta på saker som upprör och provocerar. Grundtanken med projektet var att sammanställa alla de vardagsgifter som vi får i oss genom vår miljö och som vi faktiskt accepte-



Pål Hollender

rar - och jämföra det med något vi inte accepterar, knark. Knark väcker starka känslor, men varför är det värre än alla andra gifter? Varför blundar vi för en del, men inte för annat? Den frågeställningen vill jag väcka.

Hur ser du på narkotika?

Jag har själv testat, men har aldrig fastnat. Jag tror att många är som jag, provar ett tag och lägger av. Det är en myt att man alltid blir missbrukare bara för att man provar. Däremot tycker jag att det är bra att det är olagligt, eftersom problemen blir stora om man börjar missbruka. Men i Sverige är narkotikan inget samhällsproblem anser jag, utan ett individuellt problem.

MARIA ZAITZEWSKY

Alla barn till missbrukare borde ta en time out från sina föräldrar. Gärna på ett par år. Det är vår förbannade rättighet, att slippa tänka på våra manipulerande och sjuka föräldrar ett tag och försöka bygga upp ett sunt liv. Det skriver Hillevi Wahl i sin krönika.

Men skärp dig, för helsike!

AV HILLEVI WAHL

Snälla mamma, kan du inte sluta dricka? Ser du inte vad du gör mot oss? Så stod det på den gula post-it-lappen som hennes son hade skrivit och satt på den tomma bag-in-boxen i garderoben.

Ändå hävdar Britta Berggren Ericsson i sin bok "Snälla mamma, sluta dricka" (Prisma förlag), att det bara är vid två tillfällen som någon har antytt att hon skulle vara alkoholist.

Det tror jag inte ett ögonblick på. I boken ser man att barnen har låtit henne förstå att hon dricker alldeles för mycket, om och om igen. Men Britta har valt att inte se, att inte lyssna. Hon är en så klassisk alkis att det nästan blir skrattretande att läsa boken.

Som avsnittet om när hon var i tjugoföråldern och bodde hos sin mamma och kom hem en sen natt. Hon var så full att hon ramlade nerför trapporna och spydde ner sig och hamnade på sjukhus för att nyktra till. Redan där borde en normal människa ha stannat upp och insett att något hade gått alldeles för långt.

Eller när hon halsade vinare i duschen. Eller när en kompis såg henne dricka ur en flaska sprit direkt från kylen - och hon ändå blånekade: "Nej, jag bara flyttade på flaskorna."

Jag hade hoppats att Brittans bok var en ärlig uppgörelse med alkoholismen och vad den har gjort med hennes barn. Jag hade hoppats - för hennes barns skull - att hon tog på sig hela skulden och bad oförbehållsamt om ursäkt.

Men det gör hon inte. I stället väljer hon - fortfarande - att se sig själv som ett offer. Som om det var alla andras fel att hon inte insåg att hon var alkis.



ILLUSTRATION: RUZ

"Det var ju ingen som sa något!", tycks vara hennes mantra.

Men barnen, då? Som alkisbarn vet jag hur mycket man bönar och ber. Varenda dag. Snälla mamma, måste du dricka mer nu? Snälla mamma, jag blir så rädd när du blir så där. Snälla mamma... Ofta åker man på en örfil. För att alkismamman inte orkar höra.

Sedan jag skrev "Kärleksbarnet" har jag fått hundratals mail och brev från missbrukarbarn som berättar samma sak. Om hur de vädjar och ber, hotar och skriker - och till slut slår på sina föräldrar för att de är så förtvivlade för att ingen lyssnar.

Det är berättelser om barn som får ta hand om hela hemmet, som får skydda sina småsyskon när deras mamma jagar dem med kniv, som ständigt lever med hotet att deras mamma eller pappa ska ta livet av sig.

Brittas yngste son gjorde också allt för

att hemmet skulle se ut som vilket hem som helst. Han plockade undan när det var stökigt. Han fixade och donade. Det var han som skrev lappen som Britta hittade på sin tomma trelitersbox i garderoben.

Nu har hennes son valt att bryta helt med henne. Han orkade inte mer. Ändå är det som om Britta tycker att det är hennes söners skyldighet att fortsätta ta hand om sin mamma resten av livet.

När en annan av hennes söner säger att hon bara får ringa honom när hon är nykter, blir hon rasande.

"Det är som om något av mina barn var psykiskt sjuk - och jag skulle säga att du får bara ringa när du är frisk!"

Men skärp dig, för helsike! Det är ju du som är mamma! Vill jag skrika. Det är en mammas skyldighet att ta hand om sina barn och skydda dem från allt ont. Vilket du har misslyckats med fundamentalt, by the way. Dina barn, däremot, Britta, har inga som helst sådana skyldigheter. De har tvingats vara dina föräldrar alldeles för länge.

Britta säger att hon har varit nykter i ett drygt år nu. Men hon lever kvar i sitt alkis-tänkande: "Jag är ett offer. Det är synd om mig." Hela tiden hittar hon nya ursäkter. Och packar på sina barn mer skuld.

Alla barn till missbrukare borde ta en time out från sina föräldrar. Gärna på ett par år. Det är vår förbannade rättighet, att slippa tänka på våra manipulerande och sjuka föräldrar ett tag och försöka bygga upp ett sunt liv, bortom all ångest och skuld. Och det absolut minsta man kan kräva av sina föräldrar är att de ska vara spiknyktra när de ringer. ■

OM KRÖNIKÖREN VILL UPPMARKSAMMA DROGROMANTIKEN

HILLEVI WAHL är journalist och författare. Hennes självbiografiska roman "Kärleksbarnet" en berättelse om alkohol, bingo och brustna löften" kommer som pocketbok i augusti. Hon har också skrivit de humoristiska böckerna "En

fuskammans berättelser", "Från fuskamma till supermamma" samt kåserisamlingen "Tjocka tanter rockar fett".

Hillevi är 41 år och bor i Stockholm tillsammans med maken Gunnar, journalist, och två små söner Movitz, 10

månader och Elliot, 3 år.

Varför skriver du en krönika om droger?

- Det finns en drogromantisk inställning i Sverige just nu som skrämmer mig. Drogromantik och förnekande.

Jag känner igen mig från den

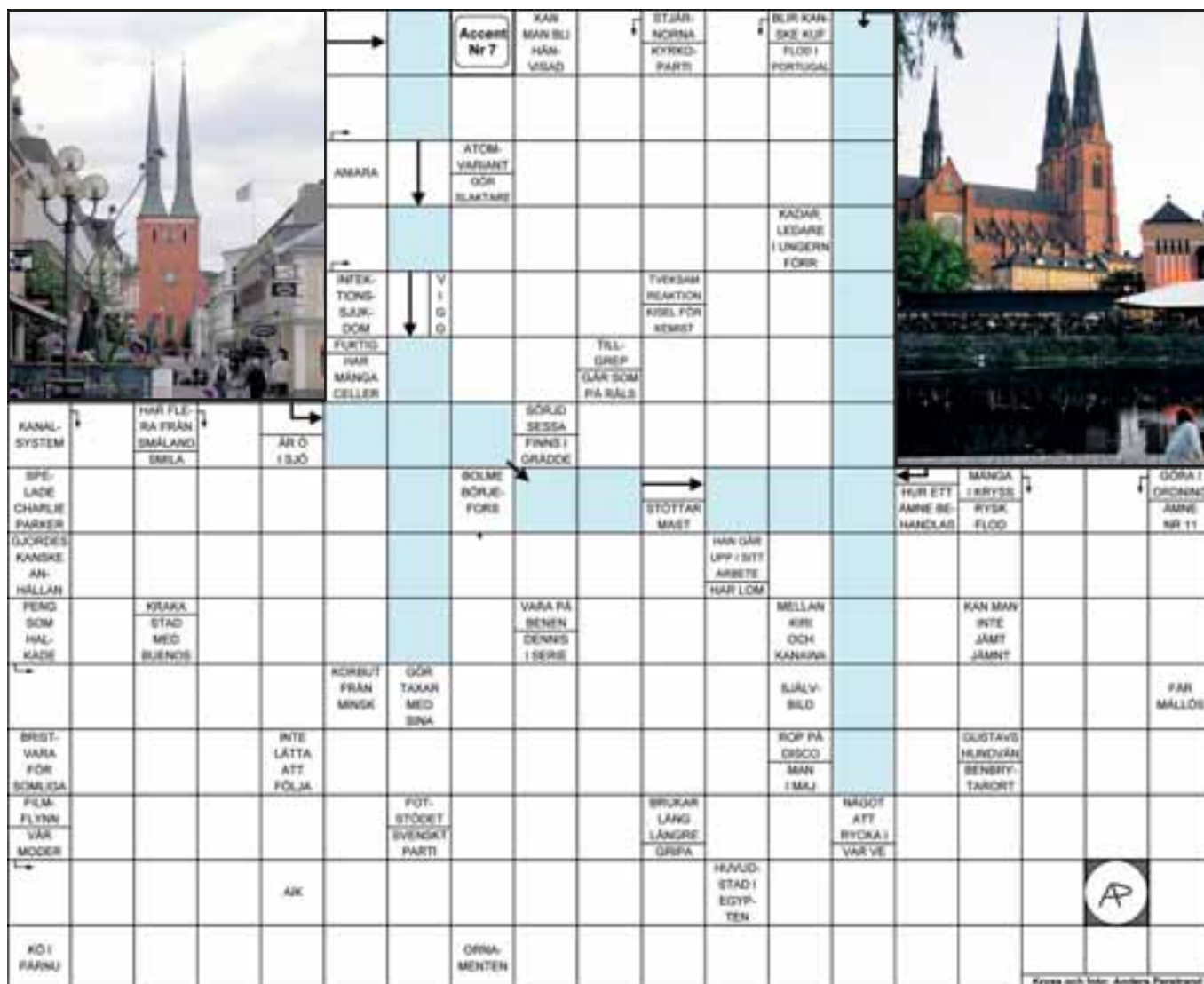
tid jag levde i San Francisco.

För alken eller knarkaren är sällan de där på bänken eller i tunnelbanan - istället handlar det om kassörskan, dagisfröken, husläkaren eller programledaren.

EVA ÅHLSTRÖM



Hillevi Wahl



KORSORD NR 7 2007

Korsord nr 7 2007

MILJONLOTTER ATT vinna. Tre lotter vinner förstapristagaren, en lott vardera får de tio som därefter har tur i dragningen. Skicka in lösningen till Accent, Box 128 25, 112 97 Stockholm senast den 25 oktober 2007. Märk kuvertet Kryss 7/07.

NAMN

ADRESS

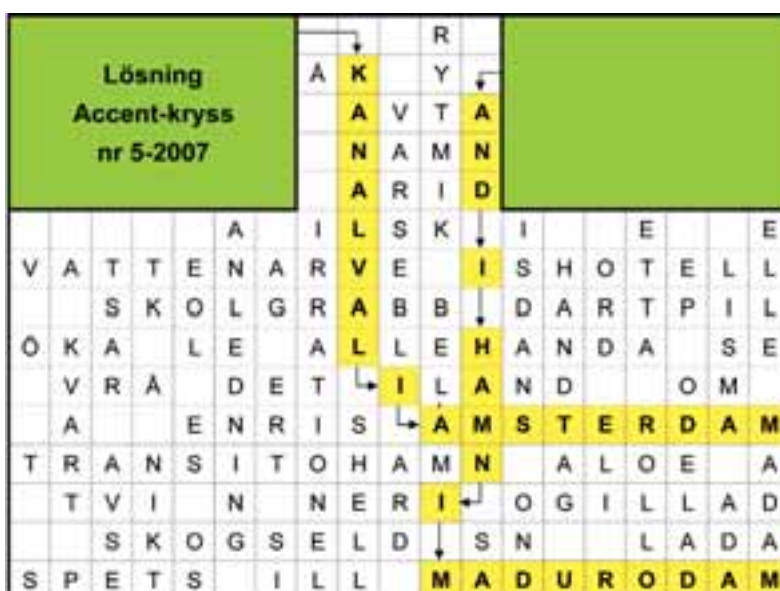
POSTADRESS

Vinnare nr 5 2007

FÖRSTA PRIS, tre Miljonlotter: Rune & Maj-Britt Brunnelöv, Stockholm.

SIDOVINSTER, VARSIN Miljonlott: Per-Gunnar Svensson, Fors, Birgit Engdahl, Helsingborg, Ulrika Andersson, Växjö, Gunnar Andersson, Trollhättan, Patrik Pedersen, Uppsala, Rut Kronstrand, Saltsjö-Boo, Elly Wiberg, Olofström, Ebbe o Inga-Lisa Åsenhed, Ödeskö, Ödeskö.

LÖSNING NR 5 2007





Adrian Kalemeera är socialarbetare och älskar sitt jobb. Som stödperson kommer han nära de ungdomar han möter, som eleverna på restauranglinjen på Masoolis utbildningscenter.

FOTO: SARA SANDBERG



Uganda har enligt WHO den högsta alkoholkonsumtionen i världen.

FOTO: SARA SANDBERG



Socialarbetare Jolly Nwdondo tycker om att ha sin kontorsdörr öppen

FOTO: SARA SANDBERG

Ger livslust i slummen

I slummen kring Ugandas huvudstad Kampala arbetar IOGT-NTO-rörelsens samarbetsorganisation UYDEL för att ge barn och ungdomar livslusten tillbaka.

■ **KAMPALA** – Alla funderar över Kampala. Undrar hur det är här – och vill hit och se efter själva. Så kommer de och livet blir bara värre än tidigare.

Jolly Nwdondo är ung och klok. 24 år, nygift och nyut-examinerad socialarbetare. Hon har inga egna barn än. Det brådskar inte, säger hon. Hennes barn finns än så länge på gårdsplanen utanför kontorsfönstret. Det är dem hon brinner för. Kontoret, som knappt är färdigställt, är inrymt i ett av de sju nybyggda hus som utgör centret Masooli.

Masooli drivs av UYDEL, Uganda Youth Development Link, som de senaste tio åren fått stöd från IOGT-NTO-rörelsen. UYDEL startades en gång i tiden av en polis, en läkare och en socialarbetare som alla sett

de problem som barn och ungdomar möter i Kampalas slum.

Slummen omfattar 80 procent av stadens befolkning och lockar, trots trångboddhet och utsatthet, många unga från landsbygden i hopp om arbete.

– Det är drömmen om den stora staden som alltid är närvarande, säger Jolly.

Väl i Kampala är det svårt att få pengar till utbildning – och arbetstillfällena är få och oftast dåligt betalda. Flera av flickorna på Masooli har bakgrund som hushåll-

»Det knepiga med dessa ungdomar är att de anser att det de sysslar med också är det som är bäst för dem. De känner ju inte till något annat.«

ADRIAN KALEMEERA SOM ARBETAR FÖR UYDEL I KAMPALA

lerskor eller sexarbetare, och 20 procent av dem bär på hiv. Mot den bakgrunden menar Jolly att UYDELS viktigaste uppgift är att ge ungdomar tro på framtiden – och lust att leva.

UYDEL har 14 socialarbetare anställda. De flesta av dem är mellan 25 och 30 år och har lätt att närma sig sin unga målgrupp. Jolly ansvarar för Masooli, hennes kollegor arbetar främst med uppsökande verksam-

het. UYDEL fokuserar på några av de mest utsatta distrikten i Kampala där de utbildar föräldragrupper och volontärer, som i sin tur kan nå ut till de familjer och ungdomar som är i störst behov av stöd.

VI FÖLJER MED ADRIAN Kalemeera till det distrikt han ansvarar för. Han är lika gammal som Jolly och har arbetat för UYDEL i två år. Det är fredagskväll och stämningen är intensiv, men inte obehaglig. Vi går från områdets huvudgata, med restauranger, barer och otaliga rader av motorcykeltaxis, in på en tvärgata. Här finns inga lampor och neonskyltar, bara totalt mörker. Adrian hälsar på alla, småpratar lite och klappar om dem.

– De känner mig här, säger han och ler.

Insprängt i ett par av husen finns små, enkla barer. Gula plastdunkar med sprit i ena hörnet och ett rött draperi mot vägen. Där inne sitter ett tiotal män och kvinnor, men när vi går in går de ut. De är lite rädda för kameran, säger Adrian. Men ni kan ta ett kort när baren är tom.

Uganda har enligt Världshälsoorganisationen, WHO, världens högsta alkoholkon-



Teatergruppen berättar om livet som gatubarn i Kampala för att skapa diskussion om droger, hiv/aids och utsatthet.

FOTO: SARA SANDBERG

sumtion per capita, 19,4 liter ren alkohol per person och år. Samtidigt är Uganda ett av många länder där det saknas tillförlitlig forskning och statistik kring alkohol, så siffrorna är långt ifrån säkra. Att det dricks mycket råder det dock ingen tvekan om, och till skillnad från andra länder i Syd är konsumtionen hög även bland kvinnor.

Adrian tycker att det är svårt att närma sig de ungdomar som har drogproblem. Svårt men utmanande.

– Jag lär mig varje dag att hitta lösningar på de situationer som uppstår, säger han. Det knepiga med dessa ungdomar är att de anser att det de sysslar med också är det som är bäst för dem. De känner ju inte till något annat.

ADRIAN OCH HANS KOLLEGOR bedriver uppsökande verksamhet för att hitta de ungdomar som passar för projektet. Ungdomar med behov finns det gott om, men det gäller att de själva är redo att förändra sina liv. Hos UYDEL får de först gå igenom ett två veckor långt program med attitydförändring och livskunskap. Efter det har de möjlighet att välja vilken typ av yrkesutbildning de vill gå. UYDEL erbjuder 4-6 månaders utbildning som hårfrisörer, mekaniker, skradda-

re och restaurangkök på fem olika center inne i Kampala. De ungdomar som har en mer komplex bakgrund, som drogmissbruk och prostitution, tas till Masooli.

Masooli ligger 20 minuter utanför Kampala, men förflyttar ungdomarna från livet och de lagar som råder i slummen – till en miljö med helt andra regler. Här gäller drogfrihet, men även frihet från slagsmål, sexuella trakasserier och övergrepp.

HALVA DAGARNA ÄGNAS ÅT yrkesutbildning. Det tvättas och flätas hår, sys afrikanska toppar med puffärmar och lagas lunch åt de andra eleverna. Men de återstående timmarna är minst lika viktiga. Genom lektioner i livskunskap, teater, sång, dans och sport diskuteras droger, hiv/aids, relationer och självförtroende. Om de inte tror på sig själva och sin egen kapacitet gör yrkesutbildningen ingen nytta.

– Det är inte de svaga ungdomarna som hamnar hos oss, säger Jolly Nwdondo. Det är de starkaste. Det är de som levt på gatan eller i slummen och varje morgon behövt vakna och säga till sig själva: Nej, jag ska klara det här, jag ska komma vidare.

SARA SANDBERG

accent@iogt.se

FAKTA VÄRLDENS BARN



UTVECKLING UYDELS center Masooli i Uganda har byggts med hjälp av pengar från insamlingskampanjen Världens Barn. Centret invigdes i februari

2007 och har redan över 200 elever. Från nästa år räknar UYDEL med att ta emot 1000 ungdomar per år. IOGT-NTO-rörelsen fortsätter att stödja utbildningen och aktiviteterna på Masooli och den uppsökande verksamheten i Kampalas slum.

Tillsammans med Accent var även Sveriges Television på plats för att filma UYDELS aktiviteter inför Världens Barns insamlingsgala den 12-13 oktober. IOGT-NTO-rörelsen är en av 15 organisationer som står bakom kampanjen. Det innebär också att rörelsen är med och samlar in pengar.

Vill du skänka pengar eller delta i insamlingsaktiviteter kan du kontakta din distriktsexpedition.



Gårdsfest i Valhalla.

FOTO: ALEX LAINE

Rekrytera och engagera medlemmar

ÖRNSKÖLDSVIK "Aktiv Fritid - Livskvalitet i Fokus" är ett projekt som växt fram från förra årets "Snabba Aktiviteter" i Örnsköldsvik.

– Det är ett försök att både rekrytera och engagera nya medlemmar i rörelsen och på så sätt säkra tillgången på ledare för Junis, förklarar Alex Laine från IOGT-NTO-kretsen. Vi har bildat en ny förening, Aktiv

Fritid. Den har ingen fast lokal, i stället satsar vi på roliga aktiviteter.

Under sensommaren arrangerades två gårdsfester med sammanlagt ett hundratal deltagare, varav tio direkt bestämde sig för att bli medlemmar. Målet är 100 nya medlemmar. Projektet är planerat att fortsätta till oktober 2008, då föreningen ska ta över verksamheten.

Alkoholpolitik på stora scenen

UMEÅ Vid årets Noliämässa i Umeå var Samrådsgruppen för alkohol och drogfrågor i Västerbotten värd den första dagen.



Janne Bylund intervjuade politiker och företrädare för idrottsrörelsen.

FOTO: CURT HEDLUND

– Det var roligt och spännande att vara konferencier, berättar Linda Forsgren, Junis Umeå, som höll i Ungdomsscenen.

På Stora scenen intervjuade Janne Bylund politiker och representanter för idrottsrörelsen. Maria Lundqvist-Brömster (fp) och Eva Andersson (s) förespråkade både sänkta införselkvoter på alkohol.

IOGT-NTO/Junis "ölorm" väckte som vanligt stor uppmärksamhet under dagen.

– Det var ett korrekt beslut att inrikta sig på punktnykterhet, konstaterade Åke Eriksson, IOGT-NTO.

KENT HEDLUNDH

En rolig dag för flyktingfamiljer

SKÖVDE För en dag kunde flyktingfamiljer från Mariestad och Skövde släppa oro och väntan och bara ha roligt, när IOGT-NTO och Blåbandsrörelsen bjöd på lekar och underhållning på Billingsgården.

– Vi försöker locka alla att delta i lekarna, säger Lennart Karlsson som för flera år sedan tog initiativet till de omtyckta dagarna för asylsökande. Femkamp och stövelkastning är lika roligt för de vuxna som



Ett av många samtal för Bosse Karlsson i Ullared.

FOTO: MAX GAUFFIN

NYKTERT MINGEL

VÅRVNING Tusentals samtal och cirka 800 nya medlemmar. Så kan fyra intensiva veckor vid Gekås i Ullared sammanfattas. Nio företrädare för IOGT-NTO har pratat med mellan 500 och 1 000 personer varje dag. Och i snitt har 200 i veckan bestämt sig för att bli medlemmar. Andra har köpt Miljonlotter för att stödja verksamheten.

– Vi har mött nästan bara positiva reaktioner, säger Bosse Karlsson, som var en av de nio. Många säger att vi gör ett bra jobb, både för att påverka alkoholpolitiken och i vår förebyggande och sociala verksamhet. Många sympatiserar med oss, även om de inte är beredda att bli medlemmar.

– Det har blivit många intressanta samtal med folk från olika delar av landet, från Trelleborg till Jokkmokk. Vi har också mött en hel del tyskar, danskar, norrmän och holländare.

för barnen. Och för barnen betyder det mycket att få se mamma och pappa glada.

TV4 Skaraborg gjorde ett inslag om familjedagen, och där underströk Ann-Charlotte Högberg, barnhandläggare på Migrationsverket i Skaraborg, hur viktigt det är att frivilligorganisationer engagerar sig för flyktingfamiljerna.

– Det är tur att barnen har skolan, för annars är det inte mycket som erbjuds, förklarade hon.

Yoga för gravida och föräldrar

BORLÄNGE I Borlänge driver IOGT-NTO Fenix Föräldracafé, och där leder Sofia Norgren under hösten yoga för både födda och nyfödda – och deras föräldrar. Gravida och föräldrar med barn upp till tre år får delta.

För dem som har större system med sig, ställer föräldracaféet upp med barnpassning, lovar projektledaren Helena Schütt hos IOGT-NTO.

Applåd men ingen skattefrihet

FOND I sitt tal vid IOGT-NTO-kongressen lyfte folkhälsominister Maria Larsson fram Verner Eriksson och hans fru Berit som "verkliga eldsjälar" och uppmanade kongressdeltagarna att ge dem en varm applåd för sin stiftelse som ska belöna ungdomar för att de håller sig drogfria.

Att Verner Eriksson bett henne om hjälp för att slippa betala skatt för stiftelsen sa hon däremot ingenting om.

Det var drygt ett år sedan makarna Eriksson, aktiva IOGT-NTO-medlemmar i smäländska Ryd, satsade tre miljoner kronor i en fond och bildade Veberystiftelsen.

Alla elever som börjar i årskurs 7 får skriva på ett kontrakt, där de lovar att under fem år avstå helt från tobak, alkohol och andra droger. De som lyckas hålla det löftet får när de fyller 18 vara med och dela på utdelningen av fonderade medel.

– Första året var det 57 barn som skrev på, och hittills i år är det 36, berättar Verner Eriksson.

När han startade fonden hade han fått besked via sin revisor om att fonden skulle vara skattefri, men det visade sig inte stämma. Skatteverket har beslutat att stiftelsen ska betala skatt.

Verner Eriksson är upprörd över beskedet.

– Det är ju inte vi som drabbas, utan barnen, säger han.

Han har överklagat Skatteverkets beslut och dessutom vänt sig till folkhälsoministern och bett henne ta upp frågan med finansministern. Men än så länge utan resultat.



Ta ställning uppmanade IOGT-NTO Skaraborg vid Matfestivalen.

Matnyttig festival i Skaraborg

FESTIVAL Matfestivalen i Skövde är ett omtyckt arrangemang, som i år genomfördes för 18:e gången. IOGT-NTO-distriktet i Skaraborg har varit med nästan varje gång. Så också i år.

– Nytt för i år var att vi hade insamling till Världens Barn, berättar distriktsordförande Inga-Lill Bergsten. Dessutom passade vi på att värva nya medlemmar.

Servering av Godtemplaredricka och lottförsäljning stod också på programmet.

– Tillsammans med polisen, Morsor och farsor på stan och andra organisationer var vi också med och nattvandrade på kvällen och natten, fortsätter Inga-Lill Bergsten som vil tacka alla som hjälpte till med distriktets medverkan.

Nykter musikfestival hyllar koppargruva

FALUN Slaggsten, tungmetall och rödfärg. Så kallades musikfestivalen vid Lilltorpet i Falun. Ett tiotal lokala band uppträdde med allt från tung blues till lite muntrare tongångar. IOGT-NTO stod som arrangör, på initiativ av en grupp nyktra missbrukare. 15 personer jobbade ideellt under helgen, och allt överskott gick till kulturverksamhet för barn och ungdomar. Det ovanliga namnet på festivalen är en hyllning till dem som arbetat i Falu koppargruva.

Alkolås stulet i IOGT-NTO-buss

MJÄLLBY Tjuvar bröt sig in i IOGT-NTO-föreningen Sölves utflyktsbuss, när den stod parkerad i Mjällby. De stal, förutom en dvd-spelare och en bandspelare också bussens alkolås! Förmodligen behövde tjuvarna det bättre än de nyktra bussresenärerna.



Det var klurigt det här, tycker Siv Nilsson, Inga Holmgren och Roselies Köhler på tipspromenad i Gislöv.

FOTO: LARS BERGQVIST

Skånska sommarträffar i Gislöv

TRELLEBORG I Trelleborg är det tradition att IOGT-NTO-föreningen Karl XII Hemmets lycka ordnar sommarträffar i föreningens stuga i Gislöv. Här samlas varje vecka medlemmar för att grilla, umgås och diskutera aktuella frågor.

Tipsrundor med kluriga

frågor hör också till.

En grupp i föreningen sköter tomten och ser till att huset målas och fixas.

Medlemmar i Malmöföreningarna är också välkomna och brukar komma i ett par bilar. En kväll fyllde medlemmarna från Malmö en hel buss. I år avslutades sommaren med en trivsamt räkfest.

LARS BERGQVIST

RÖRELSEN I MEDIA

Debatt om tillstånd

NORRA VÄSTERBOTTEN.

Skelleteå ishall har fått alkoholtillstånd, efter många turer i kommunstyrelsen och lokala medier. IOGT-NTO föreningen hör till dem som protesterat, och i en lång och het debatt i lokaltidningen har föreningen fått både medhåll och mothugg. Kommunrådet Bert Öhlund (s) anser att "i den bästa av världar skulle alkohol och idrott vara åtskilt, men tiderna förändras".

Lägerliv och nykterhet

SYDÖSTRAN

har liksom Sveriges Radio Blekinge uppmärksammat IOGT-NTO-distriktets sommarläger för polska barn och ungdomar på Aspan. I ett stort reportage berättar tidningen om hur barnen från socialt utsatta miljöer njuter av läger- och friluftsliv, samtidigt som ungdomar från polska IOGT utbyter erfarenheter med ledare från IOGT-NTO-rörelsen i Blekinge.

Vill hjälpa barn i Gagnef

DALADEMOKRATEN har intervjuat Lena Fast och Barbro Pettersson, som utbildar sig för att starta en stödgrupp i IOGT-NTOs regi för barn som vuxit upp i missbruksmiljöer. Lena och Barbro är övertygade om att behoven är lika stora i Gagnef som på andra håll.

BÖCKER

Viktig läsning från IOGT-NTO

Tre nya böcker ger underlag och inspiration för höstens arbete inom olika delar av IOGT-NTOs verksamhet.



VÄRLDENS BAKSMÄLLA Om alkoholens roll i fattigdom och förtryck handlar boken Världens baksmälla. Alkohol

som utvecklingshinder av Accentreportern Pierre Andersson. En stor del av boken beskriver alkoholindustrins erövring av nya

marknader i utvecklingsländerna. Världens baksmälla är utgiven av studieförbundet NBV i samarbete med IOGT-NTO-rörelsen.



OBEROENDE-FRAMKALLANDE

"Att dela problem och söka lösningar tillsammans gör livet lättare" säger

en av de intervjuade i reportageboken Oberoendeframkallande, skriven av journalisten Marit Larsdotter och utgiven av Sober förlag. Boken handlar om IOGT-NTOs omfattande sociala arbete med målet att göra människor oberoende och fria att välja

sina liv utan alkohol eller andra droger.



OPINIONSBILDNING Handbok i opinionsbildning är författad av framlidne Kjell E Johanson för IOGT-

NTOs alkohol- och narkotikapolitiska arbete. Boken innehåller viktiga argument för en restriktiv alkoholpolitik och praktiska råd om både traditionella och lite mer ovanliga aktiviteter som kan påverka opinionen och förändra samhället.

EVA ÅHLSTRÖM

Vill skapa nyktra förebilder

Åsa Hagborg har dragit igång Lova, ett projekt för föräldrar och andra som lovar sig själva att vara nyktra och som vill vara sunda förebilder för både barn och vuxna.

■ VAD ÄR LOVA?

– Lova är en nystartad nykter livsstilsklubb, som drivs av IOGT-NTO-distriktet i Dalarna. Lova betyder framför allt att man lovar sig själv att vara nykter och vågar visa vem man är. Bokstäverna LOVA kan också tolkas som Levnadsglad Och Vis Alkoholfri.

■ HUR FICK DU IDÉN TILL LOVA? VARFÖR BEHÖVS DET?

– Jag gick med i IOGT-NTO sommaren 2005. Det hade blivit viktigt för mig att komma på vem jag är och vad jag står för. Och jag tyckte inte att det var OK att använda alkohol. Att jag gjort det berodde på gruppsyck och andras förväntningar. Men nu kände jag att jag ville ta ställning.

När jag varit med ett år ungefär, utan att vara särskilt aktiv, läste jag i en veckotidning om ett par unga småbarnsföräldrar som liksom jag valt att vara nyktra. Det stärkte mig, och jag bestämde mig för att jag ville starta en klubb för att synliggöra unga vuxna som förebilder. Jag tyckte att de skulle vara ett perfekt projekt för IOGT-NTO, så jag presenterade idén för distriktskonsulenten Lena Borgs, och hon tände direkt. Sen tog det ett tag att planera och hitta formerna, men nu är vi igång.

■ VILKA VÄNDER SIG LOVA TILL?

– Studenter, föräldrar och blivande föräldrar – och andra som vill vara med. Aktiviteterna är tänkta för åldersgruppen 20-45 år, men alla är välkomna.

Det viktiga är att vi får föräldrar och andra som vågar stå för att de är nyktra. I dagens samhälle finns alltför många förebilder som säger att det är tufft att dricka.



Åsa Hagborg vill få fler att Lova leva nykter.

FOTO: JOHAN PELLAS

»Jag har märkt att även de som inte själva är nykterister tycker att Lova är bra, och att det behövs en motvikt.«

Därför behövs en motvikt. Vi vill visa andra förebilder och hoppas att det ska ge ringar på vattnet.

Många i den här målgruppen har ont om tid. De hinner inte engagera sig i en styrelse eller gå på möten. Men de hinner gå in på hemsidan och kanske delta i någon aktivitet.

■ VAD HAR HÄNT HITTILLS INOM PROJEKTET?

– Efter den första planeringsfasen, som mycket handlade om att skapa kontakter, har jag varit med på ett par mässor och presenterat projektet. Vi har tagit fram en trycksak, och nu har vi skapat en egen hemsida www.iogt.se/lova. Där ska vi varje månad presentera en ny förebild.

Jag har utgått mycket från mig själv. Jag

vill läsa om andra för att själv bli stärkt. Och jag tror att fler har samma behov. Sedan är det meningen att medlemmarna via Sobernet ska kunna tipsa varandra om aktiviteter, till exempel nyktra krogrunder.

Under hösten inbjuder vi, i samarbete med NBV, till tre föreläsningar i Leksand - med Benny Haag, Gudrun Schyman och Linda Fändriks. Vi ska också lägga ut information på högskolor och på mödra- och barnvårdscentraler.

■ VILKA REAKTIONER HAR DU MÖTT?

– Nästan bara positiva. Jag har märkt att även de som inte själva är nykterister tycker att Lova är bra, och att det behövs en motvikt. Jag möter också andra som tycker att de dricker så lite att de lika gärna kan avstå helt, särskilt för barnens skull.

■ HUR SKA LOVA SPRIDAS VIDARE?

– Först tänkte jag mig ett projekt för hela Sverige, men vi bestämde oss för att börja i Dalarna. Sen hoppas jag att andra distrikt tar till sig idén och sprider den. Lova blir vad vi gör det till!

Lova har börjat som ett projekt, men jag vill förstås att det ska fortsätta.

Jag hoppas också att fler unga vuxna kan komma in i IOGT-NTO via Lova. Att de ska upptäcka alla bra kurser och andra aktiviteter.

EVA ÅHLSTRÖM

eva.ahlstrom@iogt.se

FAKTA ÅSA HAGBORG

ÅLDER: 35 år

BOR: Leksand

FAMILJ: Sambon Johan och fyra barn, varav två egna

BAKGRUND: Grundskolelärare, egen företagare inom media och information

AKTUELL som projektledare för Lova, som drivs av IOGT-NTO-distriktet i Dalarna

PERSONNYTT

Förebyggare

ANDERS KARLSSON arbetar till och med juli 2008 med förebyggande verksamhet på IOGT-NTO-kansliet. Han vikarierar för Johnny Johansson som arbetar med ett kommunprojekt som ingår i förbundets alkohol- och narkotikapolitiska arbete.

Klubb Junis

JANNA ÅSTRÖM är ny medarbetare på Junis centrala kansli, men hon har sin arbetsplats i Skellefteå. Janna är projektanställd till och med 2008 för att utveckla nya kontaktvägar i rekrytering av ledare och medlemmar. I första hand handlar det om att utveckla metoden Klubb Junis.

Hyllade juniorledare

FYRA JUNIORLEDARE har hedrats med utmärkelser: Gun Johansson, Skutskär, är årets bragdledare 2007. Ingrid Edholm Wikström, Arjeplog, har utsetts till årets bragdledare 2006. Lilly Johansson, Tölsjö, är årets trotjänare 2007. Kerstin Grönros, Farsta, är årets trotjänare 2006.

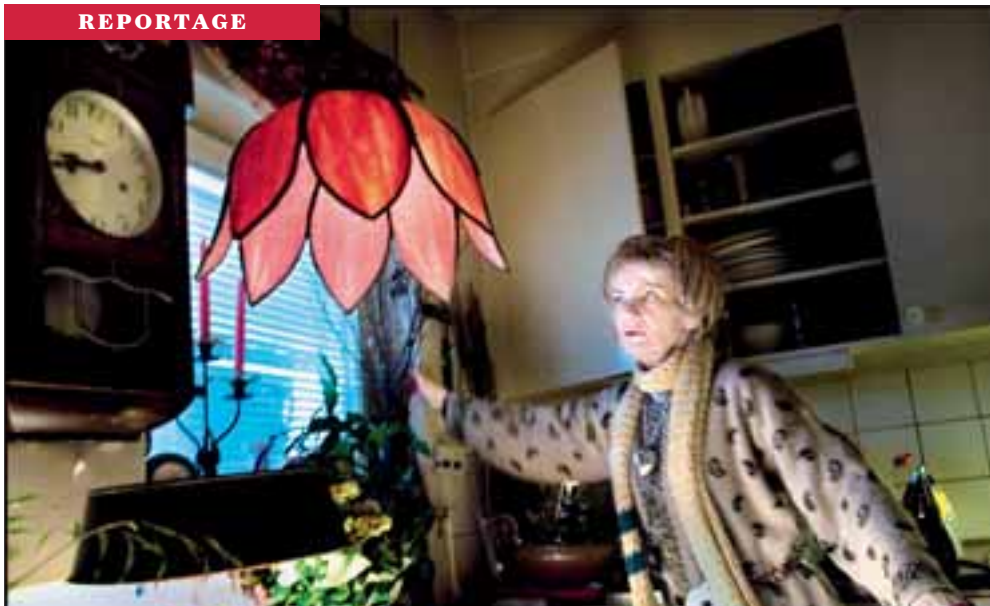
Kulturstipendium

HOLGER LEWIN i Katrineholm, mångårig IOGT-NTO-medlem och författare, har nominerats till ABF-distriktets kulturstipendium i Sörmland. Holger Lewin har ibland kallats Sveriges siste arbetarförfattare. Hans 37:e bok heter Visor i vinden och är utgiven av bokförlaget Axplock.

Alkoholen ökar HIV-smitta

GRANSKNING Hiv-smittan fortsätter att sprida sig på många håll. Bara i Afrika söder om Sahara finns 25 miljoner hiv-smittade. Allt fler forskare pekar på sambandet mellan konsumtionen av alkohol och HIV, trots detta bortser Sida och många biståndsorganisationer från alkoholens roll.

REPORTAGE



Nya liv för Helen och Marja-Liisa

REPORTAGE 2003 var Helen och Marja-Liisa hemlösa missbrukare. De tillbringade mycket tid på Klaragården i Stockholm, fristad för hemlösa kvinnor. Fotografen Maria Stéen lärde känna dem och dokumenterade deras vardag. I dag, fyra år senare, är båda kvinnorna drogfria och lever vanliga liv med bostad, jobb och framtidstro.

INTERVJU

Bosse med sammetsrösten



INTERVJU På 1960-talet tävlade han med Lasse Lönn Dahl om förstaplatsen i Svensktoppen och sjöng i TV

innan TV ens kommit till Västerbotten. Bo Löfbom är pensionerad IOGT-NTO-konsulent men fortfarande aktiv föreningsordförande och allsångsledare. I Skellefteå känner alla Bosse med sammetsrösten.

KULTUR

Dokumentärfilmen värnar om det smala

FILM Dokumentärfilmen får stå allt mer tillbaka till förmån för kommersiella storfilmer. Men mindre aktörer, bland annat nykterhetsrörelsen, fortsätter att kämpa för att lyfta fram de smala och lokala filmerna.

I RÖRELSE

Vit jul för barnens skull

RÖRELSE Fler barn och ungdomar ska få uppleva en jul i alkoholfri miljö. Det är syftet med IOGT-NTO-rörelsens och IOGT-NTO Lotteriers stora kampanj inför julen.

TIPS FÖR DIG SOM LÄSER TIDNINGEN BAKIFRÅN



Ny tid väntar Grönland

20 KONGRESS Klimatförändringar, självständighetssträvan och alkoholproblem är tre frågor som kommer att präglade Grönland lång tid framöver. Accent träffade politikern och nyktre alkoholisten Lars-Emil Johansen.

Lund värst i landet på cannabis

8 GRANSKNING I den välmående lärodomstaden Lund är det närmare tre gånger så vanligt att unga testar cannabis som i övriga landet. Hög utbildning och liberala attityder är kännetecknande för staden.

Systembolaget räddar 1500 liv varje år

14 SYSTEMBOLAGET En ny studie visar att Systembolaget räddar 1 500 liv varje år genom att alkoholen säljs där och inte i matbutikerna.

Unga i Kampala får livslusten tillbaka

44 VÄRLDENS BARN I slummen kring Ugandas huvudstad Kampala arbetar IOGT-NTO-rörelsens samarbetsorganisation UYDEL för att ge barn och ungdomar livslusten tillbaka.

Minska stressen genom rätt andning

36 ANDNING Stress påverkar vår andning. Och tvärtom. Genom att förändra hur vi andas kan vi minska kroppens stresspåslag.



Roy Andersson

32 INTERVJU Filmskaparen Roy Andersson är bedrövad över hur egotrippat och cyniskt vårt samhälle har blivit och tycker inte att det är ett dugg konstigt att folk dränker sin ensamhet i alkohol och andra droger.



Från missbruk till kändiscoach

För elva år sedan blev Mia Törnblom fri från ett långvarigt drogmissbruk. I dag hjälper hon människor att hitta fram till en positiv självbild.

■ **SJÄLVKÄNSLA** Mia Törnblom har skrivit två böcker om självkänsla, håller föredrag och ska i höst medverka i ett nytt tv-program. Men hennes egen väg till självkänsla har varit lång och kämpig.

– Min låga självkänsla fanns i rädslan att inte vara tillräckligt utbildad, att inte ha en massa diplom på att jag är bra på det jag gör. Men i dag är jag helt cool med mig själv och tycker om mig för den jag är, trots mina tillkortakommanden. Det är det jag försöker lära ut – du duger som du är. Man ska älska sig själv och inte vara rädd för att begå misstag. Huvudsaken är att man lär av sina erfarenheter. Jag vet i dag att jag är skitbra på att tona in människor och ge dem vägledning, det har jag alltid varit, säger Mia Törnblom, som sedan sex år lever på att ge personlig vägledning.

DE SOM SÖKER UPP Mia är alla sorters människor – företagsledare, skådespelare, unga, sjukskrivna och arbetslösa. De flesta tappar med "lättare" bekymmer, som många känner igen sig i; svårigheter att sätta gränser och säga nej, en ständig oro eller en känsla av att vara en vandrande bluff. Småsaker kan tyckas, men som kan skava rejält och skapa problem i vardagen.

Mia söker också själv upp dem som inte har någon möjlighet att komma till henne.



Mia Törnblom ger människor vägledning

»Jag har varit nere på botten och jag förstår verkligen vad det innebär att må dåligt. Det känner folk.«

Som kvinnor och män i fängelser. Arbetet med dem som inte har några egna medel att betala med ställer hon upp för ideellt. Engagemanget för de utsatta och svaga ligger djupt rotat hos henne.

För hon hade ju själv kunnat vara en av dem, om hon inte lyckats ta sig ur sitt missbruk.

Som 19-åring for hon till Spanien och där började hon använda bantningspiller för att bli smal.

– Jag är uppvuxen i ett tryggt hem och blev alltid bekräftad och sedd. Jag fick höra hur söt och duktig jag var och hade också

den bilden av mig själv. Därför kunde jag inte drömma om att jag kunde fastna i ett missbruk. Jag var ju inte den typen!

MEN FAST BLEV HON och så småningom började hon använda andra droger och umgicks med kriminella i Stockholm. Livet lekte, tyckte Mia, och ljög ständigt för sig själv och hittade bortförklaringar till allt. Men så blev hon häktad och bad då om att få behandling i stället för fängelse och med hjälp av den blev hon drogfri.

Erfarenheterna från de svåra åren har hon med sig i sitt arbete. Dels har de gett henne en ödmjukhet inför livet, men de gör också att de människor hon möter vågar öppna sig.

– Vad de än berättar för mig, så har jag alltid något ännu värre med mig i bagaget. Jag har varit nere på botten och jag förstår verkligen vad det innebär att må dåligt. Det känner folk, säger Mia, som numera strålar som en sol och tycks sprängfylld av positiv energi.

MARIA ZAITZEWSKY

maria.zaitzewsky@iogt.se

FAKTA MIA TÖRNBLOM

ÅLDER: 40

FAMILJ: Maken Michael och ett 11-årigt bonusbarn

BOR: Kungsholmen i Stockholm

GÖR: Personlig vägledare, författare till böckerna "Mera självkänsla" och "Självkänsla nu!" (Forum).

AKTUELL: I "Törnblom&Nyberg" i TV3

GODA NYHETER

Bäst på grönsaker

MAT Svenska barn är bäst i Europa på att äta grönsaker. De har även bättre kondition än många tror. Det visar studier från tre olika EU-projekt kring barn och hälsa.

Ärligaste staden

ÄRLIGHET Stockholm tillhör världens mest ärliga städer. För att mäta hur ärliga människor är i 32 länder, genomfördes en under-



sökning där 30 mobiltelefoner medvetet glömdes kvar. Den ärligaste staden var Ljubljana i Slovenien, där alla telefoner lämnades tillbaka till ägaren. Stockholm kom på fjärde plats, efter Toronto och Seoul. Sist kom Hongkong och Kuala Lumpur.

Stockholm är dessutom den åttonde bästa staden i världen att leva i, enligt en undersökning gjord av tidsskriften Monocle.

Tummen upp för rökfritt

RÖKFRITT upplevs som

positivt av de flesta restaurangbesökare, två av tre gör tummen upp, visar en undersökning från Folkhälsoinstitutet. De flesta besöker restauranger på samma sätt som innan rökförbudet som kom för två år sedan.