

Sveriges största tidning om droger och nykterhet

accent

Nº1 2020

En tidning från
IOGT-NTO



festtips

Vitt är det nya svarta

Accent i Gyllene triangeln • **Moa Gürbüzer** utmanar med lyxigt bubbel • **Ny forskarrapport** om alkoholskador på barn • **Kim Reenaas** i heta stolen • **Trött** på alkoholtjat

PLUS

Möt medlemmen
som fått kulturpris



Innehåll #1 2020



Foto: Jens Wingren

Sunisa Harnruetichok, en av kvinnorna som organiserat sig mot supandet i Ban Maemu, Thailand.



Foto: Anna-Lena Lundqvist

10 Moa Gürbüzers möten med utsatta barn fick henne att byta jobb från socionom till entreprenör i alkoholfritt.

”Det är trist att alkohol ska bli en värdemätare.”

Tv-profilen Jenny Strömstedt, som tröttnat på alkoholtjatet.
Sid 34



Illustration: Stina Löfgren

44 Det är en fantastisk energiboost att skippa alkoholen. Det säger en av dem som antog utmaningen att testa en vit månad.

Ledare

- 4 **I vitt ryms** alla färger i spektrat.

Politik

- 6 **Beroendeforskaren Fred Nyberg** varnar för de allt starkare opioider som skrivs ut.
- 8 **Sprutbyten** i 18 av 21 regioner under 2020.
- 9 **9 av 10 tror** att det är andras barn som dricker alkohol – inte deras egna.

Porträtt

- 10 **Moa Gürbüzer**, prisbelönt alkoholnormsbrytare.

Forskning

- 16 **Alkoholskador på barn** är allas ansvar. Det menar forskarna bakom den nya rapporten *Alkohol, graviditet och spädbarns hälsa – ett gemensamt ansvar*.
- 18 **Cannabis** gör förare till trafikfara.
- 19 **60 procent** av svenska folket kan tänka sig att ta en vit månad i år.

I rörelse

- 34 **#nykterfrizon** i möte med kulturminister Amanda Lind.
- 35 **Medlemmen Erika von Buxhoeveden** får Ronnebys kulturpris.
- 36 **Anna Frej**, IOGT-NTO-medlem som blir första kvinnan på posten som kommunstyrelsens ordförande i Vännäs.
- 36 **Som första ideella lotteri** får Miljonlotteriet licens för digitala lotterier.

Reportage

- 32 **I fokus:** 6 tips för festen.
- 40 **Kim Reenaas** om sitt nya uppdrag som IOGT-NTO:s generalsekreterare.
- 44 **Vit månad på prov.** Tre som testat en vit månad berättar.

Ordföranden

- 50 **Samarbete och tydlighet** framgångsrecept inför framtiden.

I vitt ryms alla färger i spektrat

Den alkoholfria trenden växer – vitt är det nya svarta. Det har blivit coolt och modernt att välja bort alkohol. Ungas drickande minskar, allt fler väljer alkoholfritt, och utbudet av alkoholfritt öl, vin och drinkar fortsätter att öka. Prisbelönta Moa Gürbüzer, entreprenör i alkoholfritt, är en av dem som driver på utvecklingen, se sidan 10. Medvetenheten om alkoholens koppling till sjukdomar och psykisk ohälsa, våld och olyckor växer också. Den årliga forskningsrapport som världens främsta forskare tar fram på uppdrag av IOGT-NTO, Svenska läkaresällskapet med flera handlar i år om alkohol, graviditet och spädbarn, sidan 16.

Så här års reser många svenskar till Thailand och njuter av sol och värme. Men turismen har också baksidor, en av dem är konsumtion av alkohol och andra droger. Något som också i hög grad drabbar landets egen befolkning. Genom IOGT-NTO-rörelsens mångåriga samarbete med lokala organisationer får byar i norra Thailand stöd att ta upp kampen mot alkoholstinna traditioner, ojämställdhet och fattigdom. Accents Jens Wingren rapporterar på plats, sidan 20.

För att återknyta till rubriken: I den vita färgen ryms spektrats alla nyanser. På samma sätt som ett vitt liv, utan alkohol, ger möjlighet att uppleva fler nyanser av livet. Läs om Mattias Andersson, Lisa Petrelus och Ted Callander, tre av dem som antog IOGT-NTO:s ordförande Johnny Mostaceros utmaning att pröva en vit månad, sidan 44.

"Ett liv utan alkohol ger möjlighet att uppleva fler nyanser av livet."

Ulrica Ambjörn
chefredaktör



Ulrica väljer



Även om det hunnit gå några veckor på det nya året vill jag passa på att önska en riktigt god fortsättning och ett gott nytt vitt decennium!



En ny kartläggning gjord av Socialstyrelsen visar att det finns ett starkt samband mellan psykisk ohälsa och beroendeproblematik.

accent

Accent ges ut av IOGT-NTO.
Pressläggning: 3 februari
Nästa nummer: 17 april

Ulrica Ambjörn

Chefredaktör och ansvarig utgivare
073-372 62 51
ulrica.ambjorn@iogt.se

Eva Ekeröth

Reporter
073-372 62 50
eva.ekeroth@iogt.se

Jens Wingren

Reporter
073-372 62 53
jens.wingren@iogt.se

Layout och produktion

Spektra

Omslag

Illustration: Stina Löfgren

Bildbehandling

Fernando Medina/Spektra

Adress Accent, Box 12825,
112 97 Stockholm

Mejl accent@iogt.se

Webbplats www.accentmagasin.se

IOGT-NTO:s förbundskansli

Tel: 08-672 60 00, Besöksadress:

Gammelgårdsvägen 38, Stora
Essingen, Stockholm, www.iogt.se

Annonsbokning accent@iogt.se

Tryck Stibo, Katrineholm.

Obeställt material Tidningen 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.

ISSN 0345-0406.

Medlem i Sveriges Tidskrifter.



Adressändring
medlemsservice@iogt.se

Prenumeration
08-672 60 38
prenumeration@iogt.se
295 kr/år

**SVERIGES
TIDSKRIFTER**



1000kr till din förening!

År 1964 startades Miljonlotteriet för att finansiera IOGT-NTO-rörelsens verksamheter. Nu har du chansen att låta just din förening få ett tillskott på **1000kr**, samtidigt som du stödjer hela rörelsens ideella arbete.



Få 6 lotter för
149:–
första mån*

Gör så här:

Besök en av länkarna bredvid och välj den förening som du vill ska få 1000 kr. Du får **6 lotter hem i brevlådan för 149 kr** första månaden.* Varje lott kommer med en vinstchans på 10 miljoner. Du bestämmer själv hur länge du vill vara med och bidra. När du varit med i tre månader sätts pengarna in på föreningskontot.

Hitta din förening och aktivera erbjudandet här:

IOGT-NTO: miljonlotteriet.se/iogt

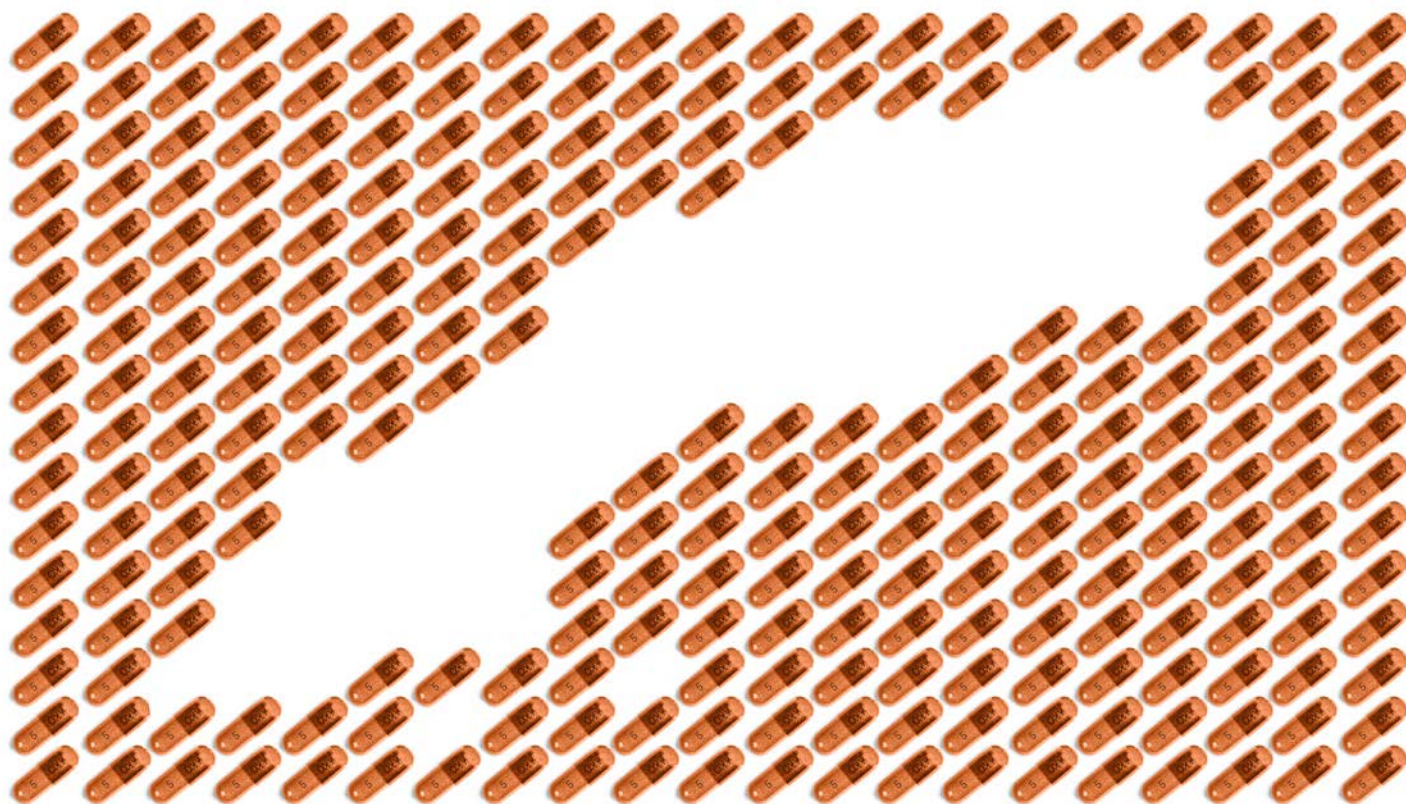
NSF: miljonlotteriet.se/nsf

UNF: miljonlotteriet.se/unf

Junis: miljonlotteriet.se/junis

**MILJON
LOTTERIET**

En del av IOGT-NTO-RÖRELSEN



Starkare opioider har tagit över

Förskrivningen av opioider minskar i Sverige – men de starkare sorterna ökar. Utvecklingen är problematisk och innebär en större beroenderisk enligt expert.

TEXT Emelie Svensson

Granskning Sverige beskrivs ofta som ett föregångsland vad gäller förskrivning av opioider som smärtstillande läkemedel. Åtminstone jämfört med USA:s opioidkris, där läkemedelsföretagens aggressiva marknadsföring bidragit till att en stor del av befolkningen är beroende och dödstalen är höga. Substansen oxikodon pekas ut som ett stort problem. Förskrivningen av oxikodon ökar nu även i Sverige.

Enligt statistik från Socialstyrelsen minskar förskrivningen av opioider till svenska patienter. För tio år sedan skrevs opioider ut till 80 patienter per tusen invånare, 2018 hade förskrivningen minskat till 70 patienter per tusen invånare.

Men förskrivningen av svagare opioider har ersatts av starkare. Tramadol och dextropropoxifen har ersatts av det starkare oxikodonet. För tio år sedan förskrevs tramadol till drygt 30 patienter



Foto: iStockphoto

”Flera läkare har erfarenhet av patienter som fastnat i ett beroende av oxikodon efter bara två-tre dagars bruk.”

Fred Nyberg, professor i biologisk beroendeforskning

per tusen invånare, idag är det 10 per tusen. För oxikodon gäller det omvända förhållandet – även för unga.

När Accent kontaktar Fred Nyberg, professor i biologisk beroendeforskning vid Uppsala universitet, och ber honom kommentera Socialstyrelsens statistik ber han att få återkomma. Efter att ha granskat siffrorna och konsulterat förskrivande läkare, konstaterar han att det ser ut som oxikodonet har tagit över större delen av marknaden i Sverige.

– Det är problematiskt med tanke på att sårbara delar av befolkningen utsätts för risken att bli beroende. Flera läkare har erfarenhet av patienter som fastnat i ett beroende av oxikodon efter bara två-tre dagars bruk. Mer upplysning till allmänheten och utbildning av förskrivare behövs, säger han.

En orsak till att oxikodon tagit över marknaden är att andra läkemedel försvunnit. Fred Nyberg lyfter att dolcontin, ett långverkande morfin, försvann från marknaden i februari 2019. Trots att läkemedlet är förstahands-rekommendation i Sverige.

– Apotek säger att leveranser upphört på grund av problem med produktion. Ingen annan har sökt tillstånd för dolcontin i Sverige. En viktig aspekt i sammanhanget, säger han.

Opioider är farliga också på grund av att toleransnivån är olika för olika personer, säger Fred Nyberg:

– Vissa bryter ner läkemedel snabbt och andra långsamt. Vissa har svårt att bryta ner dem överhuvudtaget. Det kräver att läkare tar sig tid för att testa vilken dos som gäller för varje patient. I framtiden hoppas man på att genetiska analyser ska kunna visa hur personer svarar på olika typer av läkemedel.

➔ Läs mer på: accentmagasin.se/narkotika/starkare-opioider

Fakta

► Drygt sju procent av befolkningen hämtade ut ett läkemedel med opioider minst en gång under 2017.

► Överdoser av opioider kan resultera i andningsförlamning, och därmed döden.

► Oxikodon-förskrivningen blev vanligare än andra opioider runt 2014.

► Forskare i Australien har nyligen undersökt opioidförskrivning till unga i landet och kommit fram till att förskrivning av svagare opioider har minskat 2013-2017. Däremot har förskrivningen av starkare opioider till barn och unga – och särskilt oxikodon – ökat.

Källor: Socialstyrelsen, The Lancet.



Fred Nyberg

Foto: Uppsala universitet

Öckerömetoden på export

Åland I sexton år har Öckerömetoden fått ungdomar i Öckerö kommun att minska sitt alkoholdrickande – nyckeln är restriktiva föräldrar. Nu exporteras metoden österut för att tackla den höga alkoholkonsumtionen bland åländska ungdomar. Enligt en rapport från i somras mår åländska ungdomar sämst i hela Finland, och alkohol- och droganvändningen ökar mer än i övriga landet, rapporterar Yle.

– Vi hoppas att undersökningen kommer att användas som underlag för andra insatser, och för att höja debutåldern. Ett effektivt sätt kan vara att minska tillgängligheten av alkohol, samt att jobba med vuxnas attityder, säger Eleonore Hedman och Erica Öström, Folkhälsan Åland.

Emelie Svensson



Foto: iStockphoto

Samsjuklighet stort problem

Psykisk ohälsa Fler än hälften av de som vårdas inom specialiserad öppenvård eller slutenvård för intag av beroende-framkallande substanser får även vård för en eller flera psykiatriska diagnoser. Det visar Socialstyrelsens kartläggning. I en kommentar betonas att ”Tidiga insatser i barn- och ungdomspsykiatri och en välfungerande samverkan med beroendevård, socialtjänst och vuxenpsykiatri är viktigt för att minska risken för att barn och ungdomar med ADHD ska utveckla ett skadligt bruk eller beroende.”

Ulrica Ambjörn

84

procent av Sveriges unga kvinnor, 22–29 år kan tänka sig en vit månad i år, enligt en undersökning av Carlsberg Sverige.

Legalisering splittrar

USA Inställningen till cannabis har blivit en fråga som skiljer de demokratiska presidentkandidaterna i USA åt. Joe Biden är i nuläget den demokratiska presidentkandidat som bedöms ha störst stöd i förvalskampanjen. Hans konkurrenter kritiserar hans tveksamhet inför att legalisera cannabis rapporterar BBC. USA går till val den 3 november i år.

Jens Wingren

Foto: iStockphoto



Ja till medicin nej till odling

Cannabis Brasiliens statliga läkemedelskontroll har godkänt att cannabisbaserade läkemedel får säljas i landet. Däremot röstades ett förslag om att tillåta odling av cannabis för medicinska syften ned. Företag som är intresserade av att sälja medicinsk cannabis i Brasilien får importera sina produkter. Det rapporterar Reuters.

Jens Wingren

Ska sälja billig öl

Systembolaget I november rapporterade Accent om kritiken mot Systembolaget för det statliga monopolets planer på att sälja billig öl. I höst kommer ölen ändå att finnas i butik, om än en krona dyrare.

Eva Ekeröth

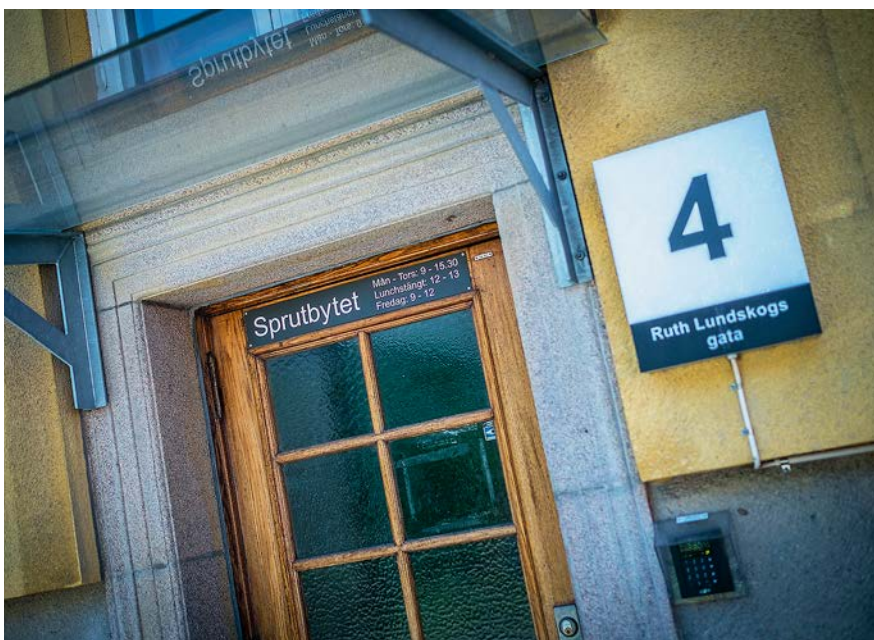


Foto: Pierre Andersson

Sprutbyten i 18 av 21 regioner i år

Idag finns det sprutbytes-mottagningar i 16 svenska sjukvårdsregioner. Det är en fördubbling sedan 2017.

Utvärdering Regionerna Dalarna och Gävleborg har fattat beslut om att införa sprutbyten under 2020. Värmland, Västernorrland och Västmanland anger svårigheter att finna lämplig lokal, och att det saknas beslut gällande sprutbytesverksamhet.

I december presenterade Socialstyrelsen en första utvärdering av sprutbytesverksamheten sedan *Lagen om utbyte av sprutor och kanyler* trädde i kraft den 1 mars 2017.

2016 deltog 3 190 personer i Sverige i sprutbytesprogram. 2018 deltog 3 756. Att ökningen är liten förklaras av Socialstyrelsen med att många av de nya verksamheter som startat efter att lagen förändrades dels är små, dels inte hunnit komma igång med verksamheten. 40–80 procent av deltagarna uppges ha en pågående kontakt med socialtjänsten.

2017 sänktes åldersgränsen för att delta från 20 år till 18 år. Skälet var att tidigt kunna påverka unga människors riskbeteende och förebygga blodburna

infektioner. Utvärderingen visar dock att få 18-19-åringar deltagit: 8 personer 2017 och 12 personer 2018.

– Även om huvudsyftet är att förhindra smitta blir det intressant framöver att se hur många av klienterna som via kontakt med mottagningarna söker sig till behandling och i slutänden blir drogfria. Samt hur verksamheten bidrar till att minska narkotikarelaterad dödlighet, säger Peter Moilanen, Narkotikapolitiskt center.

Socialstyrelsen föreslår nu att kravet att endast personer som anses bosatta i landstinget ska få delta i sprutbyten tas bort. Socialstyrelsen har också utformat en elektronisk mall där data kan rapporteras strukturerat och enhetligt till Inspektionen för vård och omsorg, iVo. Rapporterna ska utgöra underlag för systematisk och samordnad statlig uppföljning av sprutbytes-verksamheterna.

– Det är mycket positivt att Socialstyrelsen tar ytterligare steg till ett systematiskt utvärderings- och uppföljningsarbete gällande sprutbyten, säger Peter Moilanen.

Ulrica Ambjörn



Foto: iStockphoto

9 av 10 tror att andras barn dricker

Tonårsföräldrar tror att det främst är andras barn som dricker, inte deras egna, visar undersökning.

Tonåringar Undersökningen, som gjorts på uppdrag av Systembolagets dotterbolag IQ, med 3 335 tonårsföräldrar visar att 9 av 10 tror att det är vanligt att tonåringar under 18 år dricker alkohol under föräldrafria fester. Däremot tror endast 2 av 10 att just deras eget tonårsbarn dricker på fest utan närvarande vuxna.

– Det visar verkligen hur blinda vi är när det kommer till våra egna barn. Därför tycker jag att man ska fundera på vilka personer ens barn umgås med. Om kompisarna dricker gör antagligen ditt barn det också. Grupptricket är starkt i den åldern, säger Karin Hagman, IQ:s vd.

Undersökningen visar även att 7 av 10 tonårsföräldrar pratar mer med sina barn om alkohol än vad deras egna föräldrar gjorde med dem när de var tonåringar.

Hennes tips är att man som förälder ska hålla kontakten med sin tonåring under kvällen när de är ute, och bestämma ett klockslag när de ska höra av sig. Hon anser också att man inte ska skälla ut sina barn om de kommer hem berusade. Hon menar att det är bra att de har kommit hem, och inte sovit någon annanstans för att de varit rädda för att komma hem.

– Då tycker jag att man först ska ta hand om sitt barn. Sedan kan man ta samtalet dagen efter och prata om vad som hänt. Många föräldrar är oroliga, det är lätt att den oron går över i ilska och man börjar bråka med varandra istället, säger hon.

– Jag har själv två tonåringar och vill att de åtminstone kommer hem för att sova. Det är ett sätt för mig att känna mig mer trygg.

Emelie Svensson



Foto: ulricaboeb/Flickr-CC by 2.0

Opioidpengar går till vård

Ohio Förlikningspengar från läkemedelsföretag används nu till opioidvård i Ohio. Fyra av USA:s största läkemedelsföretag har nått en ekonomisk uppgörelse på 260 miljoner dollar med två distrikt i delstaten Ohio efter den opioidkris som svept över landet. En av de kliniker i området som får ta del av pengarna är Metro Health Medical Center i Cleveland.

– Pengarna kommer vara helt avgörande för vår framtida vård, säger klinikkens direktör Karolyn Tibayan till Accent.

Emelie Svensson

”Rusreformen sviker de unga. Vi kan inte stödja det här förslaget som det ser ut i nuläget.”

Pernille Huseby, Actis. Det norska drogpolitiska nätverket är kritiskt mot norska rusreformens förslag om att avkriminalisera innehav och köp av narkotika för eget bruk.

Ser alkohol som utvecklingshinder

Norsk strategi Norges regering lanserar en ny strategi för att bekämpa icke-smittsamma sjukdomar i låginkomstländer för perioden 2020-2024. Den har tre huvudområden: Att förebygga riskfaktorer – så som skadlig alkoholanvändning, tobak, luftföroreningar, samt ohälsosamma dieter. Att stärka den primära hälsovården, samt att stärka normativt arbete och hälsoinformationssystem.

Forut, en av IOGT-NTO:s systerorganisationer i Norge, har höga förväntningar på den nya strategin: ”Strategin är ett stort steg framåt för norskt hälsostånd,” säger Foruts utrikeschef, Ståle Stavrum i ett uttalande.

Emelie Svensson



Foto: iStockphoto



”Vi är udda fåglar som går vår egen väg”

Moa Gürbüzers möten med utsatta barn fick henne att börja jobba heltid med att bryta alkoholnormen. På vägen har hon fått flera utmärkelser, bland annat av IOGT-NTO.

TEXT Jens Wingren FOTO Anna-Lena Lundqvist



nästan tre decennier jobbade Moa Gürbüzer som socionom med familjeterapi och kvinnojourer. Hon mötte kvinnor som flydde sitt hem under helgen, och barn som riskerat sina liv när de klättrat ut från lägenheten via stupröret för att undkomma fulla föräldrar.

– Det finns oerhörda överlevnadsmekanismer hos de här barnen som en utomstående kan ha svårt att förstå. Väldigt många barn har aldrig haft en famn som inte luktat alkohol. Det är en sorg när föräldern har valt flaskan framför barnet, säger hon.

Arbetet som socionom fick henne att se hur individers problem utvecklades till samhällsproblem.

– Vi har en föreställning om att den som dricker alkohol är normal och den som inte dricker är onormal, vilket innebär att människor som inte dricker alkohol diskrimineras.

Moa Gürbüzer menar att den rådande alkoholkulturen inte erbjuder några andra positioner än nykterist eller alkoholist för den som inte passar in i alkoholnormen.

– Det är ett i grunden svartvitt sätt att se på människor. Vi vill inte säga ”nej tack” i vår kultur, vi hatar att stå ut från normen, att inte vara ”normala”, säger hon.

Hennes tankar upptogs av hur alkoholnormen skulle kunna utmanas. ►

► MOA GÜRBÜZER

Ålder: 64 år. **Bor:** Göteborg. **Gör:** Vd för alkoholfria dryckesföretaget Oddbird, tidigare MRG Wines. Driver podcasten Med eller utan. **Utmärkelser:** Årets nybyggare 2016 (delas ut av kungen till företagare med utländsk bakgrund), Årets kvinnliga stjärnskott 2019 (delas ut av Ernst and Young), IOGT-NTO:s alkoholnormspris 2019, IQ:s alkoholnormsbrytare 2019, Årets kvinnliga entreprenör 2019 (delas ut av Women Alliance).

”Kan man ta ett klimat-ansvar så kan man också ta ett ansvar för sin medmänniska.”

– I åldersgruppen 18–35 år säger 94 procent att de känner sig tvingade och pressade att dricka alkohol i sociala sammanhang. Om du lever i en så pressad miljö kan det gå fort att utveckla ett beroende. Och det är under den perioden i livet som du utvecklar mycket av ditt beteende.

Att arbeta med individuell terapi löste bara en persons problem åt gången. Moa Gürbüz kände att hon ville ta sig an problemen på en högre nivå.

– Jag kom ständigt tillbaka till hur det skulle kunna gå till. Vi kan inte ha ett samhälle där 320 000 barn lever med föräldrar som har alkoholproblem. Inga barn ska ha det så.

Ett tag hade hon en idé om att skapa världens största flaska som hon skulle fylla med barns historier, och som skulle visas upp för att uppmärksamma frågan. Flaskan var en viktig symbol för henne.

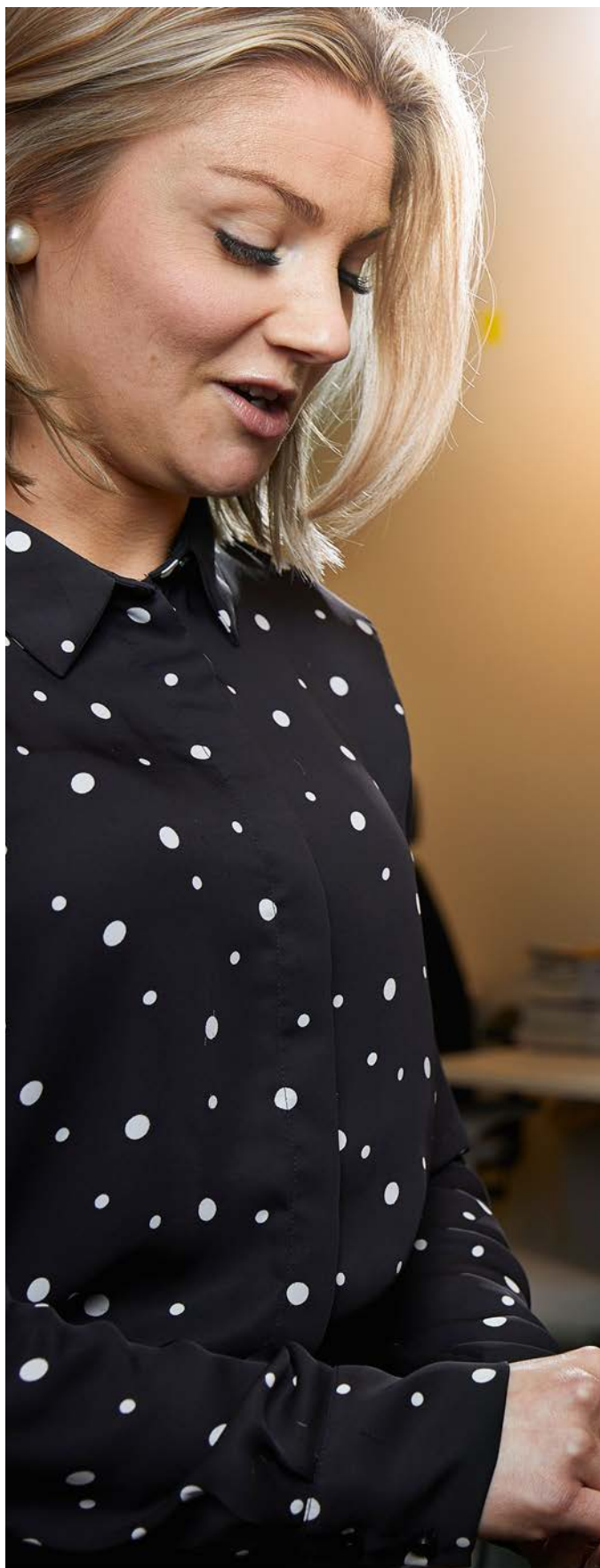
– Flaskan är ofta gömd, bakom toaletstolar eller i garderober. Vi skulle kunna synliggöra den.

Men en vän till henne kommenterade att det på sin höjd skulle resultera i några minuters uppmärksamhet på nyheterna. Och Moa Gürbüz vill skapa mer förändring än så. Hon vill förändra alkoholenormen så att det normala är att inte dricka alkohol.

Så istället blev hon entreprenör, startade företaget MRG Wines, och började fylla flaskorna med alkoholfritt vin. Men inte med vilket vin som helst.

– Jag vill lyfta det alkoholfria segmentet, och få fram viner med status – premiumviner, säger Moa Gürbüz, som menar att alkoholindustrin ju helst ►

► Moa Gürbüz håller upp åt en inköpare.







◀ Moa Gürbüz har med beslutsamhet slagit sig in på dryckesmarknaden.

ville sälja alkoholdrycker och därför inte bemödat sig med att utveckla attraktiva alkoholfria produkter.

Det här var 2013, då den alkoholfria trenden låg i sin linda, utbudet var snävt och Moa Gürbüz hade ingen erfarenhet av att driva företag eller framställa viner. Men hon hade ett intresse för smaker och frukter med ursprung i hennes mormors fruktträdgård och hemgjorda aprikosmarmelad. Och framförallt var och Moa Gürbüz fast besluten att lyckas.

Idag styrs hennes företag – som producerar Systembolagets populäraste alkoholfria bubbel – från ett enkelt rum i en kontorsbyggnad på Lindholmen i Göteborg. Här har fyra anställda har sina skrivbord. I ett kylskåp finns företagets drycker: de bästsäljande Richard Juhlin-dryckerna, rosévin och en helt ny prosecco som ska finnas i butik inom kort.

– Det har tagit oss ett 1,5 år att utveckla den nya proseccon. Men det är för att den ska smaka bra utan alkohol. Andra kan ta fram en ny prosecco på tre veckor, säger Moa Gürbüz.

Hon beskriver den avancerade processen för att hitta rätt mognad på druvan, och rätt lagringstid för att det färdiga vinet varken ska bli för sött eller för surt.

– Jag jobbar med många olika experter inom gastronomi, vin och smaker, som kan det här.

25 procent av försäljningsvärdet på alkoholfria produkter hos Systembolaget kommer från Moa Gürbüzers företag, som nyligen bytt namn till Oddbird. Företagets flaggskepp har varit dryckerna med champagne-experten Richard Juhlins namn på. Med de produkterna har man tagit sig in på 440 systembolagsbutiker runt om i landet och även sålt bra internationellt. Men sedan han inlett ett samarbete med ett annat företag och satt sitt namn på en alkoholprodukt har samarbetet avslutats. För Oddbird är det omöjligt att ha något samarbete där det finns en koppling till alkoholprodukter.

– Vår vision och våra principer är för viktiga för oss, säger Moa Gürbüz.

Det innebär att samma dryck nu omlanseras under företagets nya namn.

– Vi är udda fåglar som står för något och går vår egen väg, även när det här kostar oss sju år av arbete och många miljoner av marknadsföring.

Förra året startade Moa Gürbüz även podden Med eller utan. Där har hon bland annat samtalat med IOGT-NTO:s generalsekreterare Kim Reenaas och IQ:s vd Karin Hagman, men också med kändisar som artisten Zinat Pirzadeh och skådespelaren Dan Nerenius. Just frågan ”Med eller utan alkohol?” återkommer ofta när hon pratar om hur hon skulle vilja att vi förhåller oss till alkoholdrycker.

– Om du inte ställer frågan så är du medskyldig till att pressa någon till att dricka, säger hon

Hon hoppas att frågan ”Med eller utan?” ska bli en självklarhet i alla sammanhang där alkohol serveras, och menar att det är en fråga som visar hur långt arbetet med att förändra alkoholnormen har kommit.

– Kan man ta ett klimatansvar så kan man också ta ett ansvar för sin medmänniska. Svårare än så behöver det inte vara. Och om vi säljer 500 000 flaskor på ett år så innebär det att någon, någonstans, har valt bort alkoholen. Det ger mig hopp om att jag börjar göra skillnad, säger Moa Gürbüz. ☘

BARN OCH ALKOHOL

► **Enligt en rapport** från Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN, lever 430 000 svenska barn med en förälder med alkoholproblem. 320 000 barn uppskattas ha påverkats negativt av vuxnas drickande. 215 000 barn uppskattas ha påverkats mycket negativt av en förälders alkoholvanor.

► **Enligt Junis kommunrapport** från 2019 får bara 2,5 procent av barn som lever i familjer med missbruk de stödinsatser de behöver. Detta trots att en majoritet av svenska kommuner uppger att de hänvisar barn med behov till någon form av stödverksamhet. 17 kommuner uppgav att de inte hänvisar till någon stödverksamhet alls för barn.



Fosterskador allas ansvar

Alkoholnormen i samhället är stark.
Det kan vara svårt att stå emot för den
som väntar barn eller försöker bli gravid.
Att ändra på det är allas ansvar.

TEXT Eva Ekeröth

Graviditet Gravida får råd att undvika en rad ämnen, även när riskerna är mycket små. Tanken är att försiktighetsprincipen ska råda. Det verkar dock inte gälla alkohol.

– Alkohol kan ge en mängd olika skador. Ingen tycker det är konstigt att vi rekommenderar gravida att inte äta rå fisk, men en del tycker inte att vi ska säga att man bör avstå från alkohol, säger Frida Dangardt, en av forskarna bakom den färskaste rapporten *Alkohol, graviditet och spädbarns hälsa – ett gemensamt ansvar*.

Årets rapport ges ut av Centrum för forskning och utbildning kring riskbruk, missbruk och beroende (CERA), Svensk sjuksköterskeförening, Svensk förening för allmänmedicin, Stiftelsen Ansvar för framtiden samt IOGT-NTO.

– Att mannens alkoholkonsumtion kan påverka fostret var helt nytt för mig, särskilt de epigenetiska effekterna, säger Frida Dangardt.

”Chansen att få ett friskt barn är större om man inte dricker alkohol.”

Frida Dangardt, läkare på Drottning Silvias barnsjukhus i Göteborg.

Epigenetiska effekter är miljöpåverkan som gör att DNA ändras. Det kan påverka såväl individen som kommande generationer. Andra effekter av pappors konsumtion är ökad risk för missfall och skador på hjärtat.

– Det var också intressant att se att det finns effekter av amning, säger hon.

Bland annat har forskarna sett effekter på sömnen. Men även små effekter på kognitionsförmågan. Hur det är möjligt med de så låga alkoholhalter som kan finnas i modersmjölk vet ingen.

– En teori är att alkohol påverkar smaken så att barnet äter mindre. Då sover de sämre och sömn är viktig för barnets utveckling.

Hennes egen slutsats är klar.

– Man ska inte dricka när man har spädbarn i sin vård. Som barnläkare ser jag saken ur barnens perspektiv. Barn har rätt att bli omhändertagna av någon som är skärpt.

Den stora mångfalden symptom gör det svårt att ställa diagnos.

Trots att Frida Dangardt har sin egen uppfattning klar tycker hon att det är svårt att ge råd.

– Men man kan i alla fall säga att chansen att få ett friskt barn är större om man inte dricker.

I rapporten påpekar författarna att problemet inte är begränsat till gravida. De anser att det är vårt gemensamma ansvar att förhindra fosterskador.

– Många skador sker innan man vet att man är gravid. Nu när vi vet att föräldrarnas konsumtion påverkar redan före graviditeten inser man att de mest effektiva åtgärderna är de som påverkar alla, som att höja priset, begränsa den fysiska tillgängligheten och begränsa marknadsföringen, säger Frida Dangardt.

Fakta

► Alkohol passerar via moderkakan till fostret. Alkoholhalten i fostrets blod stiger hastigt och kan bli högre än mammans. Dessutom utsöndras alkoholen i fostervattnet och kan tas upp igen.

► Alkohol kan påverka alla organ. Vilka skador som uppkommer beror på en rad faktorer: tidpunkt för alkoholkonsumtionen, mängd och frekvens, samt individuell känslighet, såväl hos barnet som hos mamman.

► Det finns starka belägg för att föräldrarna ska avstå från alkohol när de planerar graviditet och under graviditeten. Även under spädbarnstiden är det säkrast att föräldrarna inte dricker.



Frida Dangardt

Foto: Nicke Johansson

Stor ökning av beslag

Smuggling Allt färre tar med sig alkohol från utlandsresan. Det framgår av en rapport från Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN. Sprit är det som oftast köps med hem. Färre köper också insmugglad alkohol. Främst är det unga män, mellan 20 och 29 år, samt storkonsumenter, som står för inköpen av smugglad alkohol. Starköl är den vanligaste smuggeldrycken.

Eva Ekeröth

Foto: iStockphoto



Foto: Imagens Evangelitas/FlickrCCBY2.0

Dödlig risk när kokain och alkohol blandas

Kokain Enligt Robert Kronstrand, toxikolog på Rättsmedicinalverket, är antalet obduktionsfall med personer som har kokain i kroppen nära åtta gånger så många som 2011: ”Tar man kokainet tillsammans med alkohol är det en mycket allvarlig risk man utsätter sig för”, säger han. I december 2019 hade kokain påvisats i 71 dödsfall varav 23 även hade alkohol i kroppen.

Emelie Svensson

6%

Så mycket steg narkotikabrottligheten i Sverige med 2019, enligt Brås preliminära statistik. Främst var det eget bruk och innehav som ökade.

Minskat drickande

Estland Alkoholkonsumtionen i Estland har sjunkit med en tredjedel på tio år, från 14,8 till 10,3 liter per person. I grannlandet Litauen dricks det mest bland OECD-länderna. Det visar den senaste hälsorapporten från Organisationen för ekonomiskt samarbete och utveckling, OECD. Endast ett annat land minskade alkoholkonsumtionen med mer än tre liter: Danmark. I Sverige märktes ingen större förändring.

Emelie Svensson



Foto: iStockphoto

Fler äter cannabis

Colorado Andelen studenter i Colorado som uppger att ätbara cannabisprodukter är deras vanligaste sätt att inta drogen på, har mer än fyrdubblats mellan 2015–2017: från 2 till nära 10 procent. Sedan 2015 är cannabis lagligt att använda i delstaten.

Jens Wingren

Fler använder cannabis

USA Bland collegestudenter i delstater som legaliserat cannabis ökar cannabisanvändningen snabbare än i övriga USA. Det visar en ny studie från Oregon State University. Både måttfull och frekvent användning av cannabis har fortsatt att öka. I de delstater som var först med att legalisera bruk av cannabis var också skillnaden störst jämfört med delstater som inte legaliserat.

Jens Wingren



Foto: iStockphoto

Cannabis gör förare till fara i trafiken

En ny studie visar att cannabis riskerar att påverka körförmågan även när ruset gått över.

Trafik Varannan amerikansk cannabisanvändare, 48 procent, kan tänka sig att köra bil påverkad. Det visar en undersökning som Buzzfeed publicerade förra året. De flesta uppgav också att de skulle känna sig trygga med att åka med en påverkad förare. I undersökningen uppgav 27 procent att de var cannabisanvändare.

Nu visar en ny studie att körförmågan kan påverkas negativt av regelbundet cannabisbruk, även när användaren inte är hög. Särskilt gäller det den som börjat använda cannabis regelbundet före 16 års ålder.

– Då är hjärnan extra sårbar, även för andra droger, alkohol, sjukdomar och skador. Hjärnan är fortfarande under uppbyggnad, säger Staci Gruber, chef för Marijuana Investigations for Neuroscientific Discovery (MIND), vid Harvard Medical School, till CNN.

Att tidigt börja använda cannabis har kopplats till sämre kognitiv förmåga. Specifikt verkar förmågan att lösa upp-

gifter kopplade till frontalloben påverkas negativt. Frontalloben är det område av hjärnan som rör över vår impuls kontroll, och forskningen är ännu inte på det klara med hur orsakssambandet ser ut.

I studien fick personer som använt cannabis regelbundet under lång tid köra bil i en simulator. Vid testtillfället hade de inte intagit cannabis på minst 12 timmar. Trots frånvaron av THC i urinen visade det sig att cannabis-användarna presterade sämre än kontrollgruppen. De testpersoner som använde sig av cannabis för medicinska syften uppvisade dock ingen nedsatt körförmåga.

I dagsläget har 11 amerikanska delstater, samt District of Columbia, legaliserat rekreationellt bruk av cannabis, och det finns en oro kring hur detta kommer påverka trafiksituationen.

Att fastställa regler kring hur mycket THC man får ha i blodet medan man kör bil har visat sig vara svårt, då användare kan bli olika påverkade av samma mängd.

Jens Wingren

Så påverkar föräldrar barnens drogvanor

USA Det finns ett tydligt samband mellan föräldrars användning av cannabis och ökad risk för att deras barn använder cannabis och tobak, har en hög alkoholkonsumtion, samt missbrukar opioider.

Det visar en forskningsstudie från Harvard Medical School som omfattar 25 000 amerikanska ungdomar.

Även om erfarenheten av cannabis låg längre tillbaka i tiden, eller konsumtionen var mindre frekvent, så var risken högre att deras barn använde någon substans, jämfört med de vars föräldrar aldrig använt cannabis.

Dessutom visade studien att ungdomarnas användning av substanserna verkade vara särskilt förknippad med deras mammas vanor.

Emelie Svensson



Foto: iStockphoto

”Vård- och insatsförloppet kan ge särskilt stöd när det finns risk för att patienter och brukare riskerar att falla mellan stolarna.”

Stefan Brené, utredare på Socialstyrelsen, om ny kartläggning som visar starkt samband mellan psykisk ohälsa och beroendeproblematik.

Deprimerade använder mer cannabis

Fördubbling Deprimerade amerikaner använder dubbelt så mycket cannabis idag som för 15 år sedan enligt en ny studie. Cannabisanvändningen i USA har ökat i hela befolkningen mellan 2005 och 2017.

– Men ökningen sker snabbare bland de deprimerade, säger studiens författare Renee Goodwin vid Columbia University till Science Daily.

8,7 procent av amerikaner utan depression hade använt cannabis den senaste månaden, jämfört med 18,9 procent av de deprimerade.

Jens Wingren

Allt fler tar en vit månad

Fenomenet alkoholfri månad växer. Drygt 60 procent av svenskarna kan tänka sig en vit månad 2020.

Alkoholfritt Nästan var tredje svensk, 28 procent, har tagit minst en vit månad de senaste två åren. Över 60 procent kan tänka sig att göra det under 2020. Det visar en ny undersökning som Sifo gjort på uppdrag av Carlsberg Sverige.

– Det finns en hälsotrend i samhället som påverkar. De flesta svarar att de tagit en vit månad för att de vill vara mer hälsosamma, säger Peter Bodor, kommunikationschef på Carlsberg Sverige.

Av dem som tagit en vit månad uppgav 38 procent att de gjort det för att de ville vara mer hälsosamma. Av dem är fler kvinnor, 44 procent, än män, 33 procent.

7 procent har valt att ta en vit månad för att de dricker för mycket. Bland dem är könsfördelningen den omvända, 10 procent av männen jämfört med 5 procent av kvinnorna.

Vanligast är att unga personer tar en vit månad. I åldersgruppen 20–29 år har 37 procent tagit en vit månad, en eller flera gånger. I undersökningens äldsta grupp, 65–79 år, har endast 21 procent gjort det någon gång.

Mest positiva till att hoppa över alkoholen en månad är unga kvinnor, mellan 22 och 29 år. Hela 84 procent av dem kan tänka sig en vit månad i år.

Hälsotrenden påverkar också uppgången för alkoholfri öl, tror Peter Bodor.

– Men inte bara. Det finns så mycket bättre alternativ till alkohol idag än tidigare, säger han.

Enligt Peter Bodor tar den alkoholfria ölen marknadsandelar från lättöl och folköl.

– Tekniken för att ta bort alkoholen har utvecklats väldigt mycket. Nu kan du behålla de rika smakerna även i den alkoholfria ölen.

Eva Ekeröth

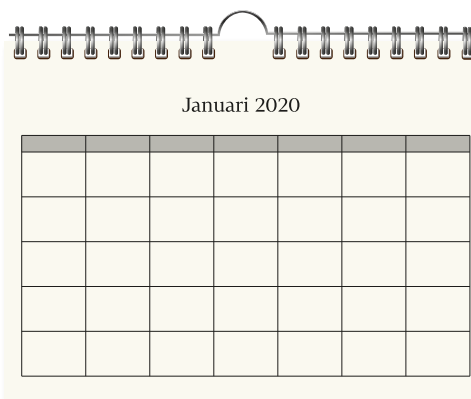


Foto: iStockphoto



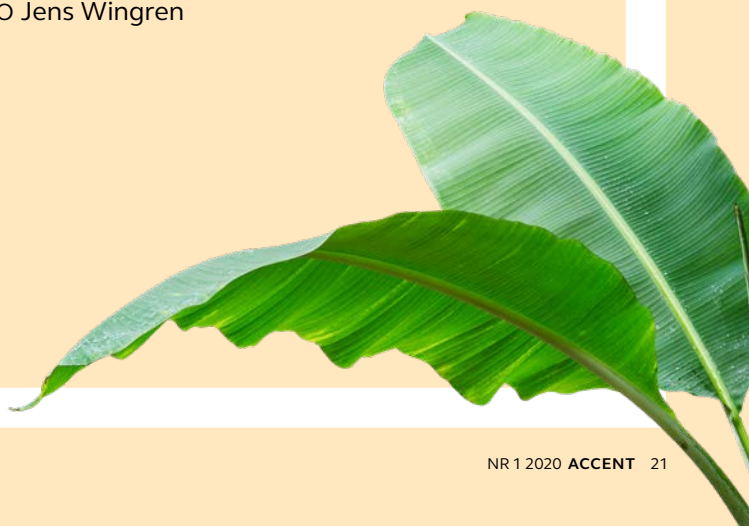
TEMA

INNEHÅLL: 22 Kvinnorna driver på
28 "Solidaritet viktigt"

Gräsrotskamp i Gyllene triangeln

I byarna i norra Thailand, långt från turistparadisen, för Lisufolket med IOGT-NTO-rörelsens stöd en tuff kamp. Mot alkohol och andra droger, mot fattigdom och gamla hierarkier. Accent har besökt dem.

TEXT OCH FOTO Jens Wingren





Kvinnorna driver på

Lisufolket i byn Ban Maemu i norra Thailand slutade odla opium för 30 år sedan. Nu kämpar de för att komma tillrätta med alkoholstinna traditioner.

TEXT OCH FOTO Jens Wingren



◀ Kvinnorna i Ban Maemu fick hjälp av IOGT-NTO-rörelsens samarbetspartner CLANPO att organisera sig.

”Den man som går ut och dricker ska inte räkna med att ha någon middag att komma hem till.”

Suporn Laolee

organisation. Under de senaste 16 åren har han arbetat för IOGT-NTO-rörelsen.

– På 80-talet var det mycket opiumodling. Det förekommer fortfarande, men nu är det mycket mer metamfetamin.

Han berättar att militanta grupper från Myanmar, både på regeringens och separatisternas sida, livnär sig på droghandeln i det som har kallats för den Gyllene triangeln, området där Thailand, Myanmar och Laos möts. Men nu kan även metamfetaminet vara på väg ut.

– Priset har gått ner så pass att det inte ger någon vinst längre. I Chiang Mai kan du köpa en dos metamfetamin för under tio kronor. Samtidigt har crystal meth blivit mer populärt.

Möjligtvis kan opiumet vara på väg tillbaka.

– Det finns gott om beroende som vill ha opium och vi har sett vissa tecken på att opiumproduktionen ökar igen, säger Naret Songkrawsook.

En by som brukade odla opium i Thailands berg är Ban Maemu i Pang Mapha-distriktet. De flesta som bor i Ban Maemu tillhör folkgruppen lisu, ett av många minoritetsfolk som lever i norra Thailands bergstrakter. Många lisu-kvinnor bär fortfarande kläder med traditionella mönster, vilket många andra folkgrupper har slutat med. I Ban Maemu har IOGT-NTO-rörelsens partnerorganisation CLANPO bedrivit arbete med alkoholprevention i fyra år.

Sedan man slutade odla opium för 30 år sedan har Ban Maemu gått igenom flera cykler av grödor som rekommenderats till dem av aktörer utifrån. Opiumet ersattes med kaffe, som ersattes med bönor, som ersattes med ingefära, som ersattes med den gröda som man just denna dag är i färd att skörda – majsen.

– Majsen är ett problem. Den kräver stora arealer och gör att man hugger ner allt mer av skogen runt omkring. ▶

CLANPO

► **CLANPO**, Community Learning and Action Networking Promotion Organization, har funnits i över 20 år i nordvästra Thailand. Deras fokus har varit odling och missbruk av droger bland etniska minoriteter på landsbygden.

► **Idag stöttar** IOGT-NTO-rörelsen CLANPOs arbete i 35 byar. Målsättningen är att ”samhällena ska få leva sina liv utan att påverkas av alkohol eller drogrelaterade problem.”

► **IOGT-NTO-rörelsen** är i dagsläget CLANPOs enda finansiär.

► **Av 35 byar** där CLANPO finns har nu 31 antagit en alkoholpolicy. I vissa byar handlar det om att den lokala butiken inte får sälja svartsprit. I andra har man begränsat vilka tider och i vilka sammanhang alkohol får förekomma.

Jag har säkert kört den här vägen femhundra gånger, säger Naret Songkrawsook, chef för IOGT-NTO-rörelsens regionkontor i sydostasien, ROSEA.

Vägen norrut från Chiang Mai snirklar sig så högt upp i bergen att barrträd börjar smyga sig in i den annars tropiska vegetationen. Naret Songkrawsook har jobbat här sen 1988, först med att kartlägga narkotikasituationen i norra Thailand åt de thailändska myndigheterna, sedan med att motverka opiumodling tillsammans med en tysk

Sen bränner man och förorenar fälten efter varje skörd. De som tjänar mest på det hela är jordbruksföretagen som säljer frön, konstgödsel och bekämpningsmedlen som behövs för att få en lyckad skörd till byborna, säger Naret Songkrawsook.

Men med kemikalier och bekämpningsmedel följer också ökade hälsoproblem. En del av dem som jobbar på fälten har tagit för vana att dricka alkohol efter jobbet. Dels för att döva smärtan de drar på sig i arbetet, dels för att det finns en övertygelse om att alkoholen kan rensa

”Vi blir fler i kvinnogruppen nu. Många vill gå med när de ser fördelarna som det kan leda till.”

Amima Pitakinthikorn



Amima Pitakinthikorn

kroppen på kemikalier som man fått i sig under arbetsdagen.

– Det är en seglivad myt som evidens inte verkar bita på. Men det kan också vara en ursäkt att få fortsätta dricka, säger Naret Songkrawsook.

Att börja odla majs kräver också en ordentlig investering i frön, gödsel och bekämpningsmedel. Varje rai (= 0,16 hektar) kräver en investering på ungefär 1 000 kronor och ger som mest cirka 1 700 kronor i avkastning.

– Vi har fått låna pengar för att kunna börja odla överhuvudtaget, säger Sunisa Harnruetichok.

Varje hushåll har sedan de började odla majs dragit på sig tiotusentals kronor i skuld.

– Vi känner inte att vi har något alternativ. När man gett sig i lag med de stora företagen så är det svårt att dra sig ur, säger Sunisa Harnruetichok.

Hushållen i byn kan tjäna 17 000 – 20 000 svenska kronor under ett år. Efter omkostnader blir det kanske 7 000 kronor kvar. Men i år säljs majs för ynka 70 öre per kilo och många i byn är oroliga.

– Att odla opium var kanske inte så dumt, men det är ju olagligt, säger Suporn Laolee.

Den ekonomiska ekvationen blir ännu svårare att få ihop när lisu-kvinnorna berättar vad det kostar att genomföra en begravning i byn.

– En begravning kan kosta över 15 000 kronor om man har en stor familj. Och då går hälften av det till att köpa alkohol, säger Amima Pitakinthikorn.

En avliden kvinnas begravning varar i sju dagar. En man ska högtidlighållas i nio dagar. Hela byn och eventuella tillresta släktingar ska delta och förses med alkohol för att värden inte ska tappa anseende. Byns senaste begravning gick på över 24 000 kronor.

Men det är inte bara begravningar som lämnar ett ekonomiskt avtryck. Alkohol har länge varit en del av alla livets ceremonier; bröllop, nyår och pipi (en läkande ceremoni som kallar tillbaka anden till den som blivit sjuk). Men att dricka stora mängder öl har inte alltid varit en del av traditionen. Tidigare dracks enbart en flaska hemgjord alkohol gjord på majs.



Byledaren i Nong Tong, Samboon Sae Jang, stegar uppför backarna i byn iförd traditionell lisu-dräkt, omgiven av IOGT-NTO-rörelsens anställda, samarbetspartners och kontaktpersoner.

Kvinnorna i Ban Maemu har under de senaste åren med CLANPOS hjälp gått samman i en kvinnogrupp som drivit igenom att alkohol inte längre är en lika viktig del av byns ceremonier.

– Alkohol var dyrt och orsakade mycket våld. Unga som slogs, vuxna som slogs, män som slog sina kvinnor, säger Suporn Laolee.

Det hela började med att man i kvinnogruppen diskuterade hur alkoholen påverkade kvinnorna i byn. Tidigare hade byns kvinnor aldrig samlats på ett sådant sätt för att prata med varandra. Sedan var det upp till varje kvinna att övertyga sin familj. Det var inte en lätt uppgift.

– Men de lyssnade till slut när vi förkla-

rade hur dyrt det är med alkoholen. Vi fick säga att den man som går ut och dricker ska inte räkna med att ha någon middag att komma hem till, för det har vi inte råd med. Idag är det få som dricker vid ceremonier här i byn, säger Suporn Laolee.

Även problemet med de dyra begravningarna har kvinnogruppen lyckats tackla – med hjälp av en gemensam begravningsfond.

– Om alla hushåll lägger 70 kronor så räcker det, förutsatt att man håller begravning utan alkohol, säger Amima Pitakinthikorn.

Att kvinnorna gått samman har fått konsekvenser.

– Tidigare var männen i byn domineranta och kunde göra lite som de ville. Tack vare arbetet med alkoholen har vi visat att kvinnor kan lösa problem tillsammans. Det har gett oss ett större självförtroende och nu märker vi att männen lyssnar på oss, säger Suporn Laolee.

– Vi blir fler i kvinnogruppen nu. Många vill gå med när de ser fördelarna som det kan leda till, säger Amima Pitakinthikorn.

Solen börjar gå ner bakom bergstopparna som omger Ban Maemu och decemberkvällen får en rå karaktär som de flesta nog inte associerar med Thailand. Men under vintern kan natt- ►



temperaturen här gå ner mot nollgradigt. Husen är byggda med grova träplankor där vinden kan flyga rakt igenom.

Klädd i traditionell lisu-dräkt stegar Somboon Sae Jang upp för backarna i lisu-byn Nong Tong. Han är på väg mot offerplatsen högt upp på sluttningarna, där många av byns högtider firas. I morgonluften hänger en kall dimma över de enkla husen.

Tillsammans med ledare för sju andra lisu-byar i området har Somboon Sae Jang också börjat jobba för att göra ceremonierna alkoholfria. De fick hjälp att starta nätverket av byar av CLANPO. Men myndigheterna

”När man gett sig i lag med de stora företagen så är det svårt att dra sig ur.”

Sunisa Harnruetichok

i regionen var tveksamma, säger han. De var övertygade om att supandet var en del av lisu-folkets kultur.

– Men det här började först när det blev vanligt att unga lämnar byn för att jobba eller studera. När de kommer tillbaka har de alkoholkulturen med sig.

– Vi började på egen hand och har nått framgångar. Och vi vet att flera andra byar är intresserade av att följa vårt exempel, säger Somboon Sae Jang.

Hittills har man hunnit hålla ett 20-tal begravningar utan alkohol och har sparat in tiotusentals kronor. Dessutom har våldet vid ceremonier minskat. Nu står nyåret på tur, en högtid som

◀ Sunisa Harn-ruetichock är en av kvinnorna som drivit på förändringen i Ban Maemu.

▶ Naret Songkrawsook, chef för IOGT-NTO-rörelsens regionkontor i Chiang Mai.



firas i två dagar och som tidigare krävt enorma mängder öl.

– Det brukade komma hit en hel lastbil. Byn köpte öl för över 100 000 kronor, säger Somboon Sae Jang.

– Men vi måste fortsätta befästa det här i byn och påminna folk om hur onödigt det är att ge sina pengar till alkohol-företagen. Speciellt när det går ut över våra barn och unga.

Nästa steg blir att ta tag i bröllopen.

– Där är alkoholen ett sätt att visa sin status och att man har pengar. Och brudens familj kan begära 50 lådor öl till festen. Men vi försöker få folk att skära ner på alkoholen, säger Somboon Sae Jang.

I Nong Tong skedde skiftet mot alkoholfria ceremonier efter initiativ av byledaren. Med tydliga budskap om vad som förväntades vid ceremonier, med skyltar och kampanjer. Efter att ledarna tagit första steget tog även övriga bybor till sig budskapet. I Ban Maemu kom istället initiativet underifrån, från kvinnorna.

– Det beror helt på maktrelationerna i byarna, säger Naret Songkrawsook.

Båda projekten initierades av CLANPO, men behövde ta olika vägar eftersom omständigheterna var olika.

Man bör inte underskatta rollen som hierarkier spelar i det thailändska samhället, med en makt som utövas från militären och ut till regionala ledare. Och hierarkier spelar också en stor roll i interaktioner mellan unga och gamla, kvinnor och män.

– I Nong Tong och grannbyarna hade ledarna en stark ställning och kunde ändra traditionerna uppifrån. I Ban Maemu var byledaren inte lika stark och det har gjort det möjligt för kvinnor att hävda sig. Men jag fick ändå tjata på honom i två år innan han gick med på att inkludera kvinnor på våra möten, säger Naret Songkrawsook. ✕

THAILAND

▶ **Thailand lyder sedan** maj 2014 under militärt styre. Detta har inneburit inskränkningar i yttrandefrihet och föreningsfrihet. Ett val hölls 2019 men sättet valet genomfördes på kritiserades av bland andra Human Rights Watch.

▶ **Thailand har länge** varit känt för sina strikta narkotikalagar och den som befattar sig med narkotikahandel riskerar dödsstraff. Under det senaste året har man dock legaliserat medicinskt bruk av cannabis och startat statlig produktion av cannabisolja.

▶ **Thailand har en** genomsnittlig alkoholkonsumtion på 8,3 liter ren alkohol per person och år. Ser man till aktiva alkoholkonsumenter så är dock konsumtionen bra mycket större i Thailand än i Sverige. Till skillnad från situationen i Sverige så ökar alkoholkonsumtionen i Thailand och främst är det unga som står för ökningen. Alkohol är billigt och lättillgängligt. Även cannabis och metamfetamin ökar bland unga.

▶ **Enligt Oxfam** är Thailand världens tredje mest ekonomiskt ojämlika land efter Ryssland och Indien.

IOGT-NTO-rörelsen i Asien



Naret Songkrawsook visar en kampanjbanderoll i Nong Tong som uppmuntar till ett alkoholfritt nyårsfirande.



IOGT - NTO MOVEMENT
International Institute

Funded by



Sida
SWEDEN

IOGT - International Institute (IOGT)
IOGT - NTO Movement in Sweden

Swedish International
Development Cooperation Agency

IOGT-NTO-rörelsens biståndsarbete finansieras till största delen med pengar från Sida. Skylten sitter i en av CLAN-POS möteslokaler.

”Solidaritet viktigt”

IOGT-NTO-rörelsen vill få fler i världen att arbeta med alkoholfrågan. En ny strategi för det internationella arbetet är nu på väg att ta form.

TEXT Jens Wingren och Ulrica Ambjörn FOTO Jens Wingren

Alkohol är ett stort utvecklingshinder globalt. Det är synligt i stort sett vart man än åker i världen. Alkohol hindrar människors möjlighet att leva ett fullt liv, och skapar otrygghet – inte minst bland kvinnor och barn. Det säger Jens Rosbäck, chef för IOGT-NTO-rörelsens internationella arbete sedan hösten 2018.

– Internationell solidaritet är en viktig del av IOGT-NTO-rörelsen. Alkoholindustrin är global och då finns det också anledning för oss att verka på andra ställen i världen, säger Jens Rosbäck.

IOGT-NTO-rörelsen har 25–30 samarbetspartners i ett 30-tal olika projekt i 14 länder, i tre geografiska områden: Sydostasien (inklusive Sri Lanka), Östafrika och Balkan.

– IOGT-NTO-rörelsens internationella arbete började på Sri Lanka. Sedan har Sydostasien och Östafrika identifierats som problemområden och därför har vi blivit kvar där. På Balkan kom vi in efter kriget, när Sida och Forum syd hade projekt där som vi tog över.

Den internationella avdelningen omsätter ungefär 25 miljoner kronor årligen. Pengarna kommer främst från skattemedel via Sida och Forum syd, samt från Radiohjälpen. Utöver det bidrar förbunden i IOGT-NTO-rörelsen med cirka 10 procent av budgeten, och en del medel kommer också från den stiftelse som fram till 2017 drev det internationella arbetet.

I höstas inleddes ett arbete med att utveckla det internationella arbetet. Alla anställda, cirka 20 personer, samlades på regionkontoret i Chiang Mai för att diskutera nya vägar framåt. I mars ska ett utkast till strategi för 2021–2026



Foto: Nathalie C. Andersson

► JENS ROSBÄCK

Jens Rosbäck är chef för IOGT-NTO-rörelsens internationella avdelning, samt biträdande generalsekreterare i IOGT-NTO.

presenteras, och i maj ska styrelsen för IOGT-NTO-rörelsen ideell förening, INRIE, ta beslut om strategin.

– Det är första gången som ett mer omfattande dokument gemensamt tas fram för vilka mål vi vill nå. Strategin skall ge oss en tydligare inriktning för hur vi skall arbeta och med vem, och hjälper också potentiella finansierare att bättre förstå vad vi vill uppnå, säger Jens Rosbäck.

De fem grundstenarna i strategin är stöd till lokalsamhället att arbeta med alkohol och andra droger, att påverka policyer och lagstiftning, samarbetet med andra organisationer, att stärka partner-organisationerna och civilsamhället i världen, samt att den egna organisationen ska vara stark, hållbar, och ledande i arbetet mot alkohol och andra droger i världen.

– Det här är ju saker vi redan arbetar med, men vi ska bli ännu bättre. Framförallt måste vi utveckla samarbetet med andra organisationer utanför Sverige, i regionerna. Då kan vi bli stabilare och mindre beroende av svensk politik.

Jens Rosbäck skissar på en framtid med lite större samarbetspartners än dagens. I den planen ingår att regionkontorens roll ska bli större. Regionkontor finns idag i Chang Mai i Thailand och i Arusha i Tanzania.

– Dagens regionkontor måste bli mer kompletta och fungera mer likt Sverigekontoret, med egna finansierare och stärkt kommunikation med sin egen omgivning.

Att starta nya kontor, till exempel i Östeuropa eller Latinamerika skulle kunna vara en möjlighet i framtiden.

– Men vi är inte där ännu. Det är en ganska omfattande apparat, säger han och fortsätter:

– Ett av mina uppdrag från styrelsen är att verksamheten ska växa. Går vi upp lite i storlek i valet av partnerorganisationer har de sannolikt fler och större nätverk än en liten väldigt lokal partner. Då kan vi nå en större spridningseffekt i våra frågor, och bättre finansiering. Det kostar dessutom lika mycket för oss att administrera och arbeta med en liten partner som med en stor.

Den nya strategin kommer, tillsammans med en stärkt projektadministration, även att minska sårbarheten då verksamheten blir mindre beroende av enskilda individer, menar Jens Rosbäck.

– Självklart är människorna viktiga, men en bra och tydlig grundstruktur underlättar vid chefsbyten och när nyckelpersoner slutar. Alla måste inte jobba ►

► på exakt samma sätt, men grundplanen är densamma för alla.

Att alkohol är ett utvecklingshinder är en fråga som ständigt behöver lyftas konstaterar Jens Rosbäck:

– Alkoholfrågan är fortfarande ett nytt perspektiv för många. Trots att det går att se problemen med blotta ögat och borde vara självklart att jobba med. Vi ska vara de som påminner och påverkar andra organisationer om vårt perspektiv.

För att arbeta för en restriktiv alkohol-lagstiftning krävs samarbetspartners som klarar av att göra lobbyarbete gentemot lokala myndigheter, vilket är fallet med organisationen Myitta Lan i Myanmar.

– Det finns tre vägar att minska alkoholens skadeverkningar: minska tillgängligheten, minska marknadsföringen och att beskatta alkoholen.

Men även de grupper som jobbar på en lokal nivå, som CLANPO i Thailand, har stora möjligheter att påverka menar Jens Rosbäck.

– De kan bidra till att ändra människors beteende och komma åt alkoholskadorna på djupet, säger han.

Det går ofta att införa lokala alkoholbestämmelser kring hur alkohol får säljas och konsumeras i lokalsamhället, något som både CLANPO och Myitta Lan gjort.

– Frågan blir hur vi balanserar de här två angreppssätten. Det är svårt att jobba nationellt om man inte har någon koppling till realiteten på fältet. Men grundbulten är att man måste använda båda när man jobbar med att påverka attityder, säger Jens Rosbäck.

För både CLANPO och Myitta Lan är IOGT-NTO-rörelsen den enda finansiären. Ett förhållande som inte är helt ovanligt bland partner-organisationerna.

– Det finns inga fördelar med att bara ha oss som finansiär. Varken för oss eller

”Trots att det går att se alkoholproblemen med blotta ögat, så är alkoholfrågan fortfarande ett nytt perspektiv för många.”

Jens Rosbäck

våra partners. Som enda finansiär har man ett stort inflytande, men ett av våra viktigaste mål är att bygga ett starkt oberoende civilsamhälle som kan driva våra frågor när vi inte längre är där, säger Jens Rosbäck.

– Det där är något vi behöver titta på. För om vi plötsligt får mindre pengar så blir det ett problem för de partners som är beroende av oss. I vår nya strategi behöver vi undersöka hur vi kan bredda de här organisationernas finansiering.

Att IOGT-NTO-rörelsens partners tar till sig alkoholfrågan innebär dessutom att de aktualiserar den med sina andra partners, resonerar han.

– Så att se till att det finns fler finansiärer kan även vara ett sätt att sprida våra frågor.

Nya samarbeten utvecklas genom en noggrann introduktionsprocess, där målet är partnerskap som sträcker sig över flera år.

– Processen börjar alltid med att den organisation som är intresserad av att jobba med oss skickar in en ansökan. Men dessförinnan har det ofta funnits en dialog.

Viktigast är att partnerorganisationen är intresserad av att driva IOGT-NTO-rörelsens frågor och kan påverka både medborgare och beslutsfattare lokalt och/eller nationellt.

Organisationen måste också vara en registrerad organisation i sitt hemland.

– De bör ha ordnade system för uppföljning. Vi jobbar ju med förtroende i och med att vi handskas med skattemedel, och det finns en risk att förlora förtroendet om vi jobbar med en partner som är oärlig.

Uppföljningen sker genom halv- och helårsrapporter. Varje samarbetspartner besöks också minst en gång per år av någon från IOGT-NTO-rörelsens kontor. Därutöver sker en extern revision som granskar partner-organisationernas redovisningar.

Jens Rosbäck, som har lång erfarenhet av bistandsarbete, menar att dagens bistånd är effektivare än någonsin. Men även om en majoritet av Sveriges befolkning, 76 procent, är positiva till bistånd minskar stödet för att skattemedel används. Jens Rosbäck menar att nästa riksdagsval är en kritisk punkt, eftersom vissa regeringsalternativ inte är så välvilliga till civilsamhällets organisationer, dit IOGT-NTO-rörelsen hör.

– Ett bra bistånd inom alkoholområdet skapar bättre, tryggare samhällen i världen, samhällen som människor inte behöver fly från. Det är bra för alla, också för oss i Sverige. Vi är faktiskt rika, och vi har blivit rikare. Vi har råd med biståndet, säger Jens Rosbäck. ✪

✪ Läs mer på accentmagasin.se/tema/rosea/

Svensk syn på bistånd

I Sidas opinionsmätning 2019 svarar 46 procent att biståndet är lagom, och 31 procent att det bör minska, en förflyttning på nio procentenheter från ”lagom” till ”minska” sedan 2018. 76 procent tycker att det är viktigt att Sverige bidrar till utveckling i andra länder. Källa: Sida.



14

I så många länder bedriver IOGT-NTO-rörelsen projekt i samarbete med lokala partners.

Trött på alkoholtjatet



Tv-profilen Jenny Strömstedt är kritisk mot att alkohol riskerar att bli en värdemätare på relationer. "Supertramsigt," säger hon.

Jenny Strömstedt, programledare för TV4:s Nyhetsmorgon, är inte nykterist, men vänder sig mot slentrian-drickandet och omgivningens tjat om att dricka. Hon beskriver hur en övertalningskampanj kan starta; "Åsch, ett glas hinner du! Jag håller upp lite. Ta en taxi sedan! Är du gravid?"

– Du blir en liten "partypooper", alltså en tråkig person som drar ner stämningen om du inte dricker. Men bara om folk lägger märke till att du inte dricker alkohol, vilket de inte alltid gör, säger hon.

I somras skrev Jenny Strömstedt en



Jenny Strömstedt

Foto: Par Blackstrand

uppmärksammas krönika i Expressen om just tjatdrickandet och hur hon gör för att själv ducka det sociala tvånget:

"Nej tack. Två små skitord, så självklara och så svåra. Men där tjatsex har förpassats till den unkna eran som föregick Metoo-rörelsen, är tjatdricka fortfarande ett ritualiserat socialt tvång!"

Krönikan handlade om sommar-drickandet, med afterworks på uteserveringar, rosékvällar och grillmys. Men hon tycker att problemet är minst lika aktuellt under vinterhalvårets högtidsdagar.

På stora tillställningar, exempelvis vid företagsfester, tycker Jenny Strömstedt att det är enklare att strunta i alkoholen. Men när bekanta eller vänner bjuder på kalas blir det genast tuffare.

– Många gånger har de kanske lagt ner mycket energi på att fixa mat och tänkt till med viner och andra drycker. De har en förväntan på hur de ska ordna en trevlig kväll.

– Att komma dit och säga nej blir som en värdering av relationen, som att den inte är tillräckligt mycket värd, fortsätter hon.

Jenny Strömstedt har hittat olika strategier för att undvika tjat och frågor.

– Jag gör ingen grej av att jag avstår, och kan exempelvis stå med mitt glas utan att dricka upp. Eller så tar jag en alkoholfri öl, för då blir det färre frågor. Med en läsk blir det genast återigen den där värderingen av tillfället, som om andra tycker att man inte lägger lika mycket engagemang i träffen. Det är trist att alkohol ska bli den värdemätaren. Supertramsigt egentligen, säger hon.

Med hennes jobb skulle det vara enkelt att dricka alkohol varenda dag, konstaterar hon. Ett jobb där hon ska knyta många kontakter, och ofta har evenemang att gå på, gör att exponeringen blir stor. Men nu för tiden väljer hon gärna alkoholfritt. Alkoholfri öl, ginger beer, eller kombucha, som har lite vuxnare smaker är hennes favoriter.

Jenny Strömstedt tror att alkoholnormen håller på att förändras. Men fortfarande dricker många alkohol, trots att de inte har lust, menar hon. Hon refererar till en undersökning från Systembolagets dotterbolag IQ som visar att drygt hälften av alla någon gång har utsatts för övertalning att dricka mer än tänkt.

Samma undersökning visar också att 50 procent har avstått från att gå på ett socialt sammanhang för att slippa dricka. Det gäller även henne själv.

När en viss person ringer orkar hon ibland inte svara, eftersom varje möte handlar om att ses på krogen. Då är det lättare att inte ses.

– Visst händer det att jag avstår när det lätt blir så, säger hon. ☘

Emelie Svensson

6 tips inför festen

En glittrig fest lyser upp i vintermörkret. Accent har bett ett proffs om de bästa partytipsen.

TEXT Emelie Svensson ILLUSTRATION Fernando Medina

– Att arrangera fester är en av de saker vi är allra bäst på! säger Bosse Widell, sedan 18 år lärare på teaterlinjen på IOGT-NTO:s folkhögskola Wendelsberg i Mölnlycke.

Här arrangeras det varje år ett antal fester för elever och personal, exempelvis premiärfest, höstfest, julfest, vårfest, bullfest – och cricketbal. På Wendelsberg får festerna kosta, men med kreativitet och hjälpsamma händer kan man komma långt även när festbudgeten är knapp. För att en fest ska bli lyckad är steg nummer ett att den är alkoholfri enligt Bosse Widell.

– Det allra viktigaste är att bjuda gäster som vill vara där, och som vill ha kul. Se till att ha riktigt roligt med dem som är där. Det smittar nämligen till nästa fest.

Källa: Bosse Widell

1. TEMA

Bestäm gärna ett tema som folk kan klä sig efter – om de vill. Även aktiviteter, mat och pynt kan kopplas till temat. På så sätt blir festen en rolig helhetsupplevelse.

2. MAT

Väl valda råvaror, snygg uppläggning och extra knorr på dukningen sätter extra guldkant.



3. DRYCK

Servera gärna en alkoholfri drink när gästerna anländer. Is och en fruktbit gör susen. En enkel variant är Godtemplaredricka som grund, blandat med saft och lite frukt.

4. MUSIK

Om det finns möjlighet är live-band en populär stämningshöjare. Välj annars inspelad musik som anknyter till temat.

5. AKTIVITETER

Gärna kopplade till festens tema. Det kan vara allt möjligt som får igång dina festdeltagare; filminspelning med hjälp av mobiltelefon, frågesporter, lekar, bingo, tävling, sport, teater eller sång.

På Wendelsbergs höstfest var temat "Familjen Addams bjuder på middag". Eleverna delades in i grupper som fick gå en spökrunda och fick med sig någon rekvisita; exempelvis en kniv eller klubba. Därefter fick grupperna till uppgift att spela in en två minuter lång skräckfilm med sina mobiler. Filmerna tittade man sedan gemensamt på under middagen.

6. PYNT

Festfixa din lokal, gärna efter temat. Tänk i färger och belysning!





Foto: Eva Ekeröth

Lovisa Bengtsson och Wilda Kristiansson.

#nykterfrizon i möte med minister Amanda Lind

I december bjöds de upp som gjordes i samband med #metoo in till kulturministern.

#metoo Nykterhetsrörelsens eget upp-rop representerades vid mötet av Lovisa Bengtsson och Wilda Kristiansson.

– Amanda Lind kändes påläst och verkar förstå var #metoo befinner sig just nu: vi är förbi första chockfasen. Nu måste organisationerna arbeta vidare, och motverka att backlashen blir för stor, säger Lovisa Bengtsson.

Deras slutsats efter mötet är att IOGT-NTO verkar ha kommit ganska långt.

– Vi har ju fått med oss männen också. Det var också viktigt att förbundsledningen reagerade snabbt och markerade att det här är en viktig fråga och att det utsågs en person som vi kunde kontakta. Vi har inte heller upplevt samma backlash som de andra organisationerna, säger Wilda Kristiansson.

De tycker båda att #nykterfrizon har lett till förändringar.

– Vi har visat på elefanten i rummet och kan prata om den. Det har också varit viktigt att känna att vi är många och att vi har varandra, säger Wilda Kristiansson.

Båda har en hel del tankar om hur nykterhetsrörelsen ska jobba vidare med frågan.

– Vi behöver inse att de maktstrukturer som ledde till #metoo är desamma som också hindrar unga från att komma fram i rörelsen. Men det är fint i nykterhetsrörelsen att många faktiskt ledsnar och säger ifrån, säger Wilda Kristiansson, som menar att nykterhetsrörelsen har bra förutsättningar.

– Är det någonstans vi borde kunna jobba med demokrati och människosyn så är det i nykterhetsrörelsen. Det ingår redan i våra grundsatser och vi har ju legat i framkant vad gäller folkbildning, säger hon.

Eva Ekeröth

Internationellt namnbyte

IOGT International har från årsskiftet bytt namn till Movendi International. Orsaken till namnbytet är framförallt att IOGT är krångligt och omständligt att förklara. Enligt ordförande Kristina Sperkova har namnändringen varit en fråga som pyrt länge: "Vi tog upp frågan på kongressen redan 2002. Men med knapp marginal röstade man emot ett namnbyte då."

Emelie Svensson

Junis spelar roll

Kampanj Under kampanjen Spela roll! uppmärksammas barn i familjer med alkoholproblematik – i år med särskilt fokus på barnkonventionen. Kampanjen pågår 10–16 februari. Flera organisationer deltar, bland andra Junis, Blå Bandet och Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN.

Emelie Svensson

Neddragning i norr

NBV Åtta personer får sluta och tre kontor blir obemannade när NBV Norrs ekonomi kräver nedskärningar. Att bedrägerihärvan i Skåne ligger bakom förnekas bestämt av regionchefen Mattias Rosdahl, som också säger att några kontor inte kommer att läggas ned. – Detta har inte med problemen i Syd att göra. Anledningen är vår egen ekonomiska situation, säger han.

Eva Ekeröth

”Jag slutade dricka alkohol
för att jag helt enkelt
mådde bättre av det”

Medlemmen Erika von Buxhoeveden

Du har fått Ronneby kommuns
kulturpris. Grattis! Hur känns det?

– Det är väldigt roligt! Det känns helt fantastiskt att vi här i lilla Bräkne-Hoby på landsbygden uppmärksammas.

Varför fick du priset?

– Vi har förvandlat ovanvåningen på biblioteket till ett kulturhus, där vår kulturgrupp fick kontor, konferensrum och kafé. Sedan frågade jag mig: ”Varför har vi inte utställningar här också?”

Nu firar vi 5-årsjubileum och har haft hela 50 utställningar under perioden. Det känns wow!

– Det har varit måleri, keramik, textil och lite udda saker också. Vi gjorde till exempel en utställning om kulturen kring jakt. Då hade vi en jakthornskonsert, visade kläder, redskap, pälsar och ordnade en middag där vi bjöd på viltkött. Du blev medlem i IOGT-NTO för ett år sedan, varför?

– Jag slutade dricka alkohol för tio-femton år sedan för att jag helt enkelt upplevde att jag mådde bättre av det. För ett år sedan inledde vi ett projekt där invandrare skulle få lära sig svenska, men vi behövde en lokal och skulle få använda IOGT-NTO:s. Då kom en person från distriktet och frågade vilka som ville bli medlemmar. Det var flera som sa ja på stående fot! Säkert tio, tolv personer, varav jag var en.

Text: Emelie Svensson Foto: Mikael Johansson

Ålder: 78 år. **Bor:** Bräkne-Hoby. **Gör:** Driver Bräknebygdens kulturhus, integrerar nyanlän-
da i samhället. **Viktiga i mitt liv:** Systemen som
bor i Kanada, två söner och sonhustrun, barn-
barnen, vännen Lina Hamadeh i IOGT-NTO,
kompisen som är asylsökande, katten, och
kusiner utspridda i världen – min familj flydde
från Lettland under andra världskriget.

👉 Läs mer på [accentmagasin.se/
medlemmen/buxhoeveden/](https://accentmagasin.se/medlemmen/buxhoeveden/)





Foto: Privat

Hallå där:
Anna Frej

1 Hallå Anna Frej, IOGT-NTO-medlem och jurist som i mars, som första kvinna, tillträder posten som kommunstyrelsens ordförande i Vännäs. Hur känns det?

– Spännande och oväntat. Jag var tvungen att tacka ja till erbjudandet, det är otroligt hedrande.

2 Som 13-åring blev du medlem i Ungdomens nykterhetsförbund, UNF, i Örnköldsvik. Vad innebär det?

– Det kom att definiera resten av mitt liv. Den tiden, och förebilderna jag fick där, startade hela mitt samhällsintresse. Jag har rörelsen att tacka för allt som hänt mig.

3 Hur kommer det att märkas att en IOGT-NTO-medlem styr i Vännäs?

– Genom min bakgrund har jag naturligtvis ett djupt intresse för att det finns bra barn- och ungdomsverksamhet med alkoholfria lokaler. Det kommer jag aldrig att glömma bort.

– I Vilhelmina 20 mil härifrån har de haft vissa problem, bland annat med flera uppmärksammade drogöverdoser. Det måste vi ta på allvar även i Vännäs och arbeta aktivt med. Det är ett långsiktigt arbete där man inte bara kan knäppa med fingrarna, utan man måste starta med aktiviteter för unga tidigt.

Emelie Svensson

Först med licens bland ideella spelaktörer

Som första ideella lotteri får Miljonlotteriet licens för digitala lotterier, och ansluter sig samtidigt till Spelpaus.

Miljonlotteriet När den nya spellagen trädde i kraft 2019 innebar det att alla lotterier och spelbolag i Sverige måste ha en licens för att verka i landet. Miljonlotteriet fick då ett tillstånd för analoga lotterier som sträckte sig fram till sista december 2019. När det var dags att förnya licensen fick IOGT-NTO:s lotteri även tillstånd för digitala lotterier.

– Vi var först, och det känns jättebra! säger Miljonlotteriets vd Jonatan Hjort.

Processen för att få en digital spellicens innebär ett omfattande arbete. Ideella lotterier har i och för sig inte sämre förutsättningar, men det har visat sig att förfarandet främst är byggt för kasinoverksamhet online, säger Jonatan Hjort.

– Nu har de alltså även applicerat det på den lotteriverksamhet vi bedriver, vilket vi tycker är positivt.

I samband med att lotteriet även kommer finnas på nätet, är Miljonlotteriet skyldiga att ansluta sig till självavstängningsregistret Spelpaus.se. Där kan personer som har spelproblem själva stänga av sig från alla spelbolag i Sverige. Spelaktö-

erna får inte heller marknadsföra spel till de personer som finns i registret.

– Detta är bra för kunderna. Vi är skyldiga att hjälpa personerna, och förmodligen att inte köpa fler lotter. För analoga lotter finns tyvärr inte möjligheten att ansluta sig till Spelpaus, men nu kan vi alltså göra det som första ideella lotteri och det känns bra, säger Jonatan Hjort.

När Miljonlotteriet anslöt sig till Spelpaus visade det sig att 189 kunder var aktiva i registret. De har nu stängts av. Personerna kan själva ange hur länge de ska vara avstängda från spel, men det går inte att häva blockeringen när man väl är registrerad till och med ett visst datum. Miljonlotteriet har även ett eget verktyg, Spelstopp, som fungerar på samma sätt som Spelpaus, men endast för Miljonlotteriet.

– Vi vill inte sälja lotter till personer som mår dåligt av det, utan vår idé är att finansiera IOGT-NTO-rörelsens viktiga arbete. Principen bygger på att många personer ska spela lite, säger Jonatan Hjort.

Emelie Svensson



Jonatan Hjort, Miljonlotteriets vd.

Bild: Nathalie C. Andersson



Illustration: Nicolas Raymond. Collage: Jens Wingren. Foto: Jens Wingren.



Accentpodden avsnitt 32: Alkohollagen

"Ibland kan man säga att det är bättre att inte ha någon alkoholpolicy alls än att ha en dålig."

Johan Bengtsson, programhandläggare på IOGT-NTO-rörelsens regionkontor i Sydostasien berättar i Accentpodden om hur alkoholindustrin underminerat Vietnams alkohollag. Du hittar alla avsnitt av Accentpodden på accentmagasin.se/podcast

Medlemskort på beställning

IOGT-NTO För att spara pengar och miljö skickas det i år inte ut medlemskort med Accent. Ytterligare ett skäl är att få har visat sig ha någon praktisk nytta av kortet. För den som vill ha ett medlemskort ska det i framtiden gå att ladda ned från iogt.se. Det går också bra att beställa ett utskrivet kort av IOGT-NTO medlemservice.

Ulrica Ambjörn

50

I år är det 50 år sedan IOGT och NTO gick samman och bildade IOGT-NTO.

Personnytt

På nya tjänster Gunnar Lundström är tillförordnad chef för IOGT-NTO-rörelsens regionkontor i Thailand. Hans-Olof Andersson är tillförordnad chef för team Norr till och med den 31 maj.

Sökes: Strateger som vill påverka

Distriktstyrelseval Sedan årsskiftet har IOGT-NTO åtta distrikt istället för tidigare 23. Valberedningarna är i full gång med att leta kandidater till de nya styrelserna. 20 februari är stoppdatum för nomineringar. De nya styrelserna förväntas ägna sig mer åt strategifrågor än operativt arbete. Något som väcker frågor på flera håll.

– Vi kommer att ha utskott eller kommittéer som är mer operativa. Den som vill vara mer operativ kan ingå i en sådan. Det tror vi är nyckeln till framgång, att man får både den strategiska och den

operativa delen, säger Bo-Teddy Olsson, valberedare i Sydost, tidigare Östergötland, Jönköping, Kalmar, Kronoberg och Gotland.

I Väst, tidigare Göteborg och Bohuslän, Älvsborg och Skaraborg, är Monica Uhlin en av valberedarna.

– Viktigast är att det är personer som kan jobba tillsammans och göra ett bra jobb. Det är viktigt att ta vara på erfarenheterna sedan tidigare, samtidigt som styrelsen inte får vara fast i det gamla, utan måste kunna se det nya, säger hon.

Johnny Boström är valberedare i det nya distriktet Svea, tidigare Värmland, Örebro och Västmanland.

– Vi har samlat ihop ett antal namn och gjort en kompetensprofil över vilka kunskaper och erfarenheter vi behöver i styrelsen. Det ska ju helst finnas någon som är bra på fastigheter, någon som är bra på ekonomi, och någon annan som är bra på lokalt utvecklingsarbete, säger han.

Eva Ekeröth

🔗 En längre artikel finns på accentmagasin.se/iogt-nto-rorelsen/strateger-sokes/

KOMMENTAR

Jens Wingren
Reporter



Den starke mannens gäckande skugga

...
Ar det något som jag tycker att jag fick bättre förståelse för under min resa till Sydostasien så var det hur viktiga hierarkier fortfarande är i många samhällen. Självklart är vi inte helt jämlika här i Sverige, verkligen inte. Men sättet som till exempel en taxichaufför förväntas uppträda mot mig som kund i Vietnam, eller inställningen till överheter i Thailand känns för mig ganska främmande.

Men oavsett om man besöker en by i Myanmar eller en IOGT-NTO-förening i Mellansverige så finns det en stor risk att man som journalist stöter på samma karaktär: den starke mannen.

Det är honom som alla vänder blicken mot när du börjar ställa frågor, honom som folk hänvisar till när de är osäkra och tycker att "egentligen är det ju honom du ska prata med".

"I sin centrala roll överskuggar den starke mannen alla alternativa berättelser."

Och såklart kan han sitta på mycket kunskap. Men i sin centrala roll överskuggar han också alla alternativa berättelser om

det sammanhang som du försöker skildra.

Missförstå mig inte. De här männen gör oftast bra saker, och även män vill ha bekräftelse. Problemet är att vi i vår kultur varit så uppskattande mot män att endast deras berättelser riskerar att höras. Därför måste vi som journalister aktivt sträva efter att få fram andra röster, visa på andra synsätt. Och det är något som vi ständigt behöver påminna oss själva om. För ofta är det en svårare väg att gå.

Ibland behöver den starke mannen intervjuas. Antingen för sin kunskap, eller för att ställas till svars i rollen som makthavare. Men det är sällan den starke mannen sitter inne på de bästa och mest intressanta berättelserna. Berättelserna som vi behöver höra.



Accent nr 1/2011 har fokus på värvningsfrågan och hur välkomnande IOGT-NTO egentligen är. Tre nya medlemmar berättar om hur de blivit bemötta i IOGT-NTO, och fem föreningar tipsar om hur de tar emot nya medlemmar.

Ulrica Ambjörn

"Våra forskningsrapporter skrivs av världens främsta forskare. Men vi måste sätta in forskningen i ett sammanhang för att kunna sprida budskapet."

Laura Luna om IOGT-NTO:s deltagande i ett nytt EU-projekt som ska hitta fler sätt att sprida vetenskap.

RIO föreslår ny kursform

Folkhögskolor Arbetsförmedlingen stoppar anvisning av deltagare till bristyrkeskurser och har anvisat färre deltagare till etableringskurser, vilket fått konsekvenser för IOGT-NTO:s folkhögskola Tollare i Nacka. Rörelsefolkhögskolornas intresseorganisation, RIO, har nu föreslagit att man ska ersätta studiemotiverande kurs och etableringskurserna med en helt ny kursform: Studie- och yrkesförberedande folkhögskolekurs. Målgruppen skulle vara nyanlända, men även de som står långt ifrån arbete och studier.

Emelie Svensson

Du har väl spanat in nya accentmagasin.se?

Sök bland tusentals artiklar

Lyssna på Accentpodden



Följ oss på sociala medier

Bläddra i gamla tidningar



Accentmagasin.se publicerar
nya artiklar om drogpolitik
och -forskning varje vardag.



Kim Reenaas var medlem i IOGT-NTO i tio år utan att ha kontakt med någon förening. Hade hon blivit tillfrågad hade hon kunnat tänka sig att hjälpa till med något praktiskt, men inte sitta i en styrelse.

Kim Reenaas i heta stolen

”En otrolig resa.” Så sammanfattar Kim Reenaas sin första tid som IOGT-NTO:s generalsekreterare. Framöver vill hon jobba för ökad delaktighet.

TEXT Eva Ekeröth FOTO Anna Simonsson

I början av december bjöd IOGT-NTO-föreningen 14:e juni och Stockholmsdistriktet in Kim Reenaas till ”Heta stolen”. Där berättade hon om sin första personliga upplevelse av IOGT-NTO, nämligen sommarens kongress.

Vilka intryck fick du?

– Den största upplevelsen var öppenheten. Alla som gick upp i talarstolen var tydliga med vad de tänkte och tyckte, och varför de gjorde det. Många kom också till mig och ville dela med sig av åsikter och erfarenheter.

Kim Reenaas hann vara medlem i IOGT-NTO i tio år innan hon tillträdde tjänsten som generalsekreterare i september 2019. Under den tiden hade hon inte kontakt med någon förening utan var med för att stödja verksamheten.

– Att sitta i en styrelse var inget jag kunde tänka mig just då, men om jag fått frågan hade jag gärna hjälpt till

med något praktiskt, som att diska efter ett möte, säger hon.

Hon tror att det måste få vara så, att några engagerar sig mycket, andra gör punktinsatser eller engagerar sig inte alls.

Från mötesdeltagarna kommer också frågan om hur engagemanget ska öka.

– Det behöver inte betyda att de som redan är engagerade gör mer. Det kan lika gärna vara att vi blir fler som gör något, svarar hon.

En annan i publiken vill veta hur IOGT-NTO ska återskapa kittet mellan medlemmarna, att man gör saker tillsammans. Kim Reenaas menar att det fortfarande sker en massa saker.

– Men vi kanske är dåliga på att berätta om det. Och verksamheten spretar nog mer än tidigare. Medan några ägnar sig åt kampsport spelar andra teater, eller lagar mat tillsammans.

Efter mötet träffar Accent Kim Reenaas för några uppföljande frågor.

Hur har din första tid som generalsekreterare varit?

– Det har varit en otrolig resa, en väldigt speciell tid. Förutom att det har varit mycket nytt att sätta sig in i, så är alltid hösten efter en kongress en intensiv tid då kongressbesluten ska omsättas.

Vilka möjligheter/problem ser du med att chefa över anställda som gemensamt med ideella ska förverkliga visioner och mål?

– Framför allt ser jag möjligheter. Att många har varit anställda en period, förtroendevalda en annan och samtidigt engagerade på annat sätt, tycker jag är en styrka.

Men helt okomplicerat är det inte.

– Det är viktigt att förstå de olika rollerna. Som anställda är vi inte där för vår egen skull; som medarbetare har man begränsade möjligheter att driva sin egen övertygelse. Det har man större möjlighet till som förtroendevald. ►

Vad ser du som viktigast framöver?

– Jag skulle vilja se en ökad delaktighet och tydlighet för vem som gör vad, och är glad över den tydliga ansvarsfördelning som kongressen fattade beslut om. Det är bra att skilja det drivande ansvaret från det stödjande. Eftersom vi anställda har den stödjande rollen behöver vi veta hur behoven ser ut innan vi planerar vår verksamhet. Men då är det viktigt att alla har ansvarsfördelningen klart för sig.

Hur ser du på de ekonomiska möjligheterna för IOGT-NTO i framtiden?

– Vi behöver fullfölja den finansieringsstrategi som finns och skapa en större diversifiering på intäktssidan. Det är en av de större utmaningarna för såväl förbundsstyrelsen som för distrikt och föreningar. Det är ett bekymmer vi har

”Jag är otroligt stolt över att vara anställd i en organisation som vågar fatta modiga kongressbeslut.”

Kim Reenaas

gemensamt med andra, men jag tycker att vi är väl rustade eftersom vi är ute i god tid.

Hon ger exempel på intäktsmöjligheter.

– Både insamling och idéburen välfärd är sådana. Sedan tror jag att det är en diskussion som kommer att återkomma i civilsamhället, hur möjligheten till statsbidrag ser ut och hur upphandlingsreglerna är utformade.

Du bor ju i Kristinehamn. Hur tycker du att pendlarlivet har fungerat?

– Jag trivs bra på tåget, vilket underlättar.

När du blev anställd berättade du att du ägnade dig åt orientering tillsammans med dina barn. Hur går det?

– En del rutiner på hemmaplan har tappats bort den här hösten. Dit hör tyvärr orienteringen. Vi planerar att flytta till Stockholm. Då kanske det blir lättare.

– Sedan vill jag tillägga att jag är otroligt stolt över att vara anställd i en organisation som vågar fatta modiga kongressbeslut, även om de inte alltid är lätta att genomföra.

Som flygförbudet?

– Ja, till exempel. Det visar vilka goda intentioner medlemmarna har med sitt engagemang. Det blir spännande att se hur det går. Vi måste planera väldigt noga för våra arrangemang och vad vi ska delta i. ✕



KORT OM KIM REENAAS

- ▶ Generalsekreterare för IOGT-NTO sedan 1 september 2019 och första kvinna på posten.
- ▶ Kom till IOGT-NTO från Elsäkerhetsverket där hon var avdelningsdirektör.
- ▶ Bor i Kristinehamn och veckopendlar, men planerar att flytta till Stockholm med familjen som består av man och två barn, 9 och 10 år.
- ▶ Medlem i IOGT-NTO sedan tio år. Några år tidigare hade hon blivit nykterist och ville stötta organisationen genom att bli en ”extra pinne i statistiken”. Hon var direktansluten och hade inte kontakt med någon förening. Information om verksamheten fick hon via Accent.
- ▶ Första direktkontakten med IOGT-NTO fick hon under sommarens kongress där hon deltog som en del av introduktionen. Nästa introduktionsmoment var Almedalsveckan som hölls veckan efter.



▲ Möten är en stor del av Kim Reenaas vardag. Här med Christer Wik, HR-ansvarig.

► Promenadstråken på Stora Essingen i Stockholm, där IOGT-NTO:s kansli ligger, ger möjlighet till avkopplande lunchpromenader.



Inför Sober October 2019 utmanade IOGT-NTO:s ordförande sina facebookvänner att avstå alkohol under en månad. Accent har följt tre av dem som antog utmaningen.

TEXT Ulrica Ambjörn ILLUSTRATION Stina Löfgren

Vit månad på prov



Kampanjen Sober October utmanar alkoholnormen genom att uppmana människor att ta en vit månad – och fundera över sitt eget och samhällets förhållande till alkohol. Inför höstens kampanj bestämde sig IOGT-NTOs ordförande Johnny Mostacero för att utmana dem av sina facebookvänner som inte är nykterister att ta en vit månad. Samtidigt uppmanade han dem att testa marknadens utbud av alkoholfria drycker.

Mattias Andersson, Stockholm, är en av dem som nappade på utmaningen:

– Vi mår alla bra av att utmana invanda rutiner och vanor. Det är väldigt lätt att alkohol blir en genväg till att ha trevligt, och ett rutinmässigt inslag i sociala sammanhang.

Han beskriver sig som en ”normalkonsument” av alkohol.

– Jag dricker relativt ofta kopplat till sociala sammanhang, vilket kan bli rätt intensivt i perioder. Både jag själv och många i min omgivning har med åren odlat upp ett relativt stort vinintresse, vilket i grunden är kul. När man blir medelålders och har både tid och medel är det dock lätt hänt att det intresset drar iväg, framförallt i frekvens.

Hans förhoppning inför utmaningen var att ”bryta rutiner och göra något som ökar både välbefinnande och kreativitet”.

Efter några vita veckor rapporterade han sig vara både ”piggt och sober”.

– Men har varit lite av en prövning, då en mustig gryta och ett bastant rödvin för mig tidigare har varit det som har gjort hösten lite mera uthärdlig.

Han berättar att reaktionerna från omvärlden varit mestadels positiva och uppmuntrande.

– Även om man ibland kan känna av det som kallas för alkoholnormen. Alltså att omgivningen är lite frågande och undrar om jag nu ska dra mig undan från det sociala. Men det har jag inte planerat.

– Det är en fantastisk energiboost att skippa alkoholen, särskilt den här årstiden med kortare dagar och mindre dagsljus. Och en bra påminnelse att även små mängder påverkar allmäntillståndet. Även om det inte kommer att leda till att jag blir helt sober, så innebär det nog ett markant minskat slentriandrickande.

Mattias Andersson konstaterar också att han fått mer gjort än normalt.



Foto: Yasin Lekorch

”Det är en fantastisk energiboost att skippa alkoholen, särskilt den här årstiden.”

Mattias Andersson

– Det är ett smart upplägg att göra det till en utmaning, det blir lite som Vasaloppet eller Vätternrundan, och går hem i gruppen medelålders som gärna vill sakta ned tidens flykt en smula.

En vecka in på det nya decenniet, och ett kvartal sedan han inledde sin nyktra månad, säger sig Mattias Andersson ha nått det resultat han hoppades på:

– Sober October var ett bra steg och gav nya perspektiv. Det gav insikter, energi och tid åt annat. Oavsett vilken grad av nykterhet man väljer över tid, så ser jag det som en av många reflektioner över små och stora val som är bra att göra i livet.

– En insikt är hur stark alkoholnormen är och hur mycket plats vi ofreflekterat väljer att ge den. Jag tror vi är många som har mycket att vinna på att tänka till lite där. Framförallt för att det kan leda till ett roligare och rikare liv utan onödigt autopilot.

Lisa Petrelius, Halmstad, beskriver sin alkoholkonsumtion som ”måttlig”.

– Med åldern har jag känt av att alkoholen ibland påverkar mig på ett annat sätt än när jag var yngre. Det går lite snabbare att både känna sig snurrig av alkoholen och att bli dåsig. Ofta är detta mer kännbart om det till exempel har

varit mycket på jobbet eller något annat som gör att jag har ”mycket i huvudet”. Båda dessa känslor är de jag minst av allt vill uppnå med att dricka alkohol. ►

VITA KAMPANJER

► **Sober October** Med start 2012 har kampanjen Sober October ifrågasatt alkoholnormen. Kärnan i kampanjen är att ta en vit månad och reflektera över alkoholens plats i det egna livet och i samhället. Bakom kampanjen står en rad organisationer. Budskapet är Drick mindre, upptäck mer!

► **Vit jul** IOGT-NTO-rörelsen startade 2008 kampanjen Vit jul, som uppmanar vuxna att fira jul utan alkohol med mottot Alla barn har rätt till en Vit jul, utan oro för vuxna som dricker. Kampanjen bjuder också in till Vit julaktiviteter för barn och unga i hela landet.

► **Vit januari** Efter påtryckningar från alkoholindustrin ställde franska regeringen in en kampanj som skulle uppmana folk att ta en vit månad. Men de ideella krafterna gav sig inte utan genomförde en egen kampanj.

► **Vit månad** Att ta en vit månad blir allt vanligare. 6 av 10 svenskar, 60 procent, kan tänka sig en vit månad under 2020.

Hon antog utmaningen för att hon ville ge alkoholfria drycker "en ärlig chans".

– Sedan vill jag utforska om jag kan få samma "festliga" känsla av alkoholfria alternativ. Utan att behöva känna av de negativa effekterna som alkoholen kan ge, till exempel att känna sig påverkad, bli trött, eller helt enkelt att inte kunna köra bil.

Hon hoppades också på att hitta några alkoholfria favoriter.

– Jag hoppas också att jag härnäst inte ska se det som ett hinder att välja alkoholfri dryck, exempelvis till en god middag, för att kunna köra bil hem, eller helt enkelt bara för att känna mig lite nyttigare.

Lisa Petrelius är, ett kvartal senare, nöjd med resultatet av sin nyktra oktober.



Foto: Privat

"Jag har hittat flera alkoholfria favoriter, öl och mousserande, som funkar utmärkt."

Lisa Petrelius



– Ja, jag uppnådde mitt mål. Jag har hittat flera alkoholfria favoriter, öl och mousserande, som funkar utmärkt som alternativ när jag vill avstå att dricka alkohol.

– Jag hade en förhoppning om att hitta några goda viner också, men här får jag nog erkänna att jag har en hel del kvar att önska. Särskilt vad det gäller rött vin, det kommer dröja innan jag köper det igen.

Hon gör tummen upp för utbudet på Systembolaget och i mataffärerna, men skulle uppskatta om det fanns mer att välja på ute på krogen.

– Alkoholfria drinkar är ju bara såå goda. Och är man nu inte specifikt ute efter "pocenten" så funkar ju de hur bra som helst, både att beställa ute och att blanda i hop hemma.

Att ta en vit månad då och då är något hon rekommenderar.

– Det blir ett bra tillfälle att reflektera över sitt eget beteende. Att komma fram till när, hur och varför man dricker – oavsett om man har en önskan om att förändra sitt beteende eller för att konstatera att man har "läget under kontroll".

Hon har inte fått några negativa reaktioner från omgivningen.

– En och annan tycker kanske att det verkar vara en "onödig" utmaning eftersom jag är ganska måttlig i min konsumtion. Jag tänker tvärtom, att det är roligt att hålla fast i en helt alkoholfri månad för att också kunna utvärdera efteråt hur jag har upplevt att det var.

Ted Callander, Stockholm, som beskriver sin alkoholkonsumtion som "kontinental".

– Berusningsdrickande är inte min grej. Vi är ett gäng som träffas och tar några öl efter jobbet ibland. Sedan har vi det där glaset vin som hör till en middag ute, oavsett veckodag. Och slutligen helgnjutarvinet: Man lagar god mat med kompisar, med ett vinglas i handen, som sedan också följer med till bordet. Då blir det minst två-tre glas innan kvällen är slut.

Genom att anta utmaningen hoppades han på hälsofördelar: att orka mer, jogga lättare, känna sig mer alert och närvarande. Han hoppades också på att bli medveten om sina vanor; om det fanns något i hans drickande som han lika gärna kan vara utan.

– Jag har nog reflekterat mer över min konsumtion än många andra eftersom jag var medlem i nykterhetsrörelsen till för



tio år sedan. Det har hänt mycket i livet sedan dess. Långsamt förändras umgänget och man skaffar sig nya vanor. Det som var naturligt för mig förr känns konstigt nog som en uppoffring idag. Det här blev ett tillfälle att tydliggöra för mig själv vad är det som har förändrats och vilka funktioner alkoholen har fått för mig.

Med facit i hand tycker han att förväntningarna i stort har infriats.

– En piggare och friskare höst är min upplevelse. Kanske var det placebo, vem vet? Men det spelar ju ingen roll i så fall.

Omgivningen har också varit positiv – i den mån de alls reagerat.



Foto: Privat

”En piggare och friskare höst är min upplevelse.”

Ted Callander

– Det oväntade är nog snarast att inte så många tycker att det är någon stor grej. Några gånger har samtalsämnet dykt upp, om hur alkoholen är ett sätt att umgås och hur man inte ens reflekterar över det. Så, min Sober October har nog ändå väckt tankar hos min omgivning.

Ett kvartal senare konstaterar Ted Callander att en del diskussioner om dryckesnormen uppstod då han berättade om Sober October.

– Vad som har förändrats på sikt är väl att jag några gånger valt att ta bilen till en fest då jag blivit påmind om att det funkar bra med alkoholfritt. Det är billigare än att ta taxi hem sent på natten. ✕

UTBILDNINGAR



Styrelsehelger

Nu kan du som sitter i en styrelse för en ideell förening gå en styrelseutbildning tillsammans med andra föreningsaktiva från olika organisationer. Under utbildningen får du som deltagare kunskaper som du har nytta av i ditt styrelseuppdrag. Vi kommer att utgå från praktiska exempel och du kommer att få ta del av andras erfarenheter och utmanas i ditt uppdrag.

Läs mer: www.tollare.org

Valberedningsutbildning

För lokala och regionala valberedningar. Kursen innehåller bl a Valberedningens uppdrag, kompetens- och kravprofil, gruppssammansättningens betydelse, demokratifrågor mm.

Läs mer: www.tollare.org



”Årets forskningsrapport är skarp, banbrytande och otroligt viktig. Den är min favorit genom åren.”

Irma Kilim
Drogpolitisk chef IOGT-NTO



Hallå där Malin Karlsson...

Vi har hört att det ska bli en Engagemangsfestival i sommar?

– Det stämmer! Vid kongressen i Örnsköldsvik beslutade ledamöterna att vi ska ha en ”rådgivande, festlig och ideologisk festival” de år som inte är kongress-år. Den 25-28 juni 2020 är det dags!

Vilka är festivalen till för?

– Medlemmar. Vi hoppas på minst 200 deltagare och välkomnar särskilt unga människor med utländsk bakgrund och personer med erfarenhet av eget missbruk.

Hur ser det preliminära programmet ut?

– Det blir tre spår som Förbunds-

styrelsen ansvarar för och ett spår med workshops och föreläsningar som vi tjänstemän ska sätta ihop. Ambitionen är att skapa en festival som ger oss medlemmar energi, skapar stolthet och stärker samhörigheten.

Var kan vi få mer information?

– Håll koll på kalendarier på hemsidan, där kommer vi också lägga ut instruktioner om hur man anmäler sig. Annars går det förstås bra att mejla mig: malin.karlsson@iogt.se

Mer information: iogt.se/event/

ÅRETS FORSKNINGSRAPPORT ÄR LANSERAD

Den 5 februari lanserades den årliga forskningsrapport som IOGT-NTO är delaktig i att sammanställa. Rapporten kommer att användas som underlag för aktiviteter bl a vid Folkknysterhetens vecka och höstkampanjen så läs den gärna.

Läs mer på iogt.se





KALENDARIUM

FEBRUARI

1 **Februarikampanj – Hälsa.**
Utmana en kompis som ännu inte är medlem att avstå alkohol under en månad. Kanske vill hen också bli medlem? Till och med 29 februari.

5 **Lansering av årets forskningsrapport**
"Alkohol, graviditet och spädbarns hälsa, ett gemensamt ansvar"

MARS

1 **Distriktsårsmöten**
Till och med 31 mars.

APRIL

24 **Socialt forum I** år ses vi på Hjälmgården. Till och med 26 april.

MAJ

15 **Utbildning för nya distriktsstyrelser**
Till och med 17 maj.

18 **Folknykterhetens vecka!**
Med alkoholpolitiskt tema som utgår från årets forskningsrapport. Info och material läggs successivt upp på: iogt.se/medlemssidor/ Till och med 22 maj.

Kalendariet finns digitalt på www.iogt.se/event/



VERKTYGSLÅDA FÖR POLITISKT PÅVERKANSARBETE

Årets FNV handlar om att sprida budskapet i forskningsrapporten externt. På hemsidan finns en verktygslåda som bl a innehåller tips på aktiviteter, checklista för politiskt påverkansarbete, mallar för insändare, delningsbilder för sociala medier, tips på vem man kontaktar lokalt med olika budskap och mycket mera.

Läs mer på iogt.se

GÖR ETT NYKTERT VAL!

Som medlem i IOGT-NTO bidrar du till ett tryggare samhälle, där alkoholen tar mindre plats i sociala sammanhang. Du som delar vår syn på alla människors lika värde och vill leva helnyktert är välkommen som medlem.

Läs mer på www.iogt.se



HÅLL KONTAKT



Huvudkontor

Besöksadress:
Gammelgårdsvägen 38,
Stora Essingen

Postadress: Box 12825,
112 97 Stockholm

Faktureringsadress:
Box 12132,
102 24 Stockholm

Leveransadress:
Gammelgårdsvägen 42,
112 64 Stockholm

Telefon: 08-672 60 00

E-post: info@iogt.se

E-post Medlems-
och givarservice:
medlemsservice@iogt.se



Ändra dina kontaktuppgifter

Vill du ändra eller uppdatera dina kontaktuppgifter? Gå in på länken nedan för att komma till formuläret där du snabbt och enkelt kan ändra dina uppgifter i **IOGT-NTO:s** medlemsregister: iogt.se/medlemssidor/uppdatera



Följ oss i sociala medier

facebook.com/iogtnto

Twitter: [@iogtnto](https://twitter.com/iogtnto)

Samarbete och tydlighet vårt framgångsrecept

Tjughundratjugo, tvåtusentjugo eller kanske tjugotjugo. Oavsett hur vi väljer att säga det så tog vi den 31 december 2019 klivet in i ett nytt decennium.

Ett decennium som vi som organisation ska fylla med handling och engagemang. 2020 är också decenniet då vi i arbetet med Expedition 50 går från 23 till 8 distrikt, och det glädjer mig att få ta del av rapporter om allt arbete som görs runt om i landet. Ett arbete som präglas av framtidstro och entusiasm, där bågen spänns rejält för att vi ska kunna ta nya kliv i vår egen utveckling och skapa förutsättningar för att förändra världen på det sätt som vi anser behövs. I alla distrikt arbetar styrelserna med att fullfölja verksamhetsåret, och parallellt med dem arbetar åtta interimsstyrelser med fullt fokus på den framtid som tar vid efter vårens distriktsårsmöten. Valberedningarna jobbar just nu för högttryck med att arbeta fram förslag på de styrelser som ska väljas på vårens distriktsårsmöten, och som de kommande två åren ska utveckla våra åtta distrikt. Är du medlem och vill vara med i detta arbete, eller känner du någon som du vill nominera till en plats i någon styrelse, så tveka inte – ta kontakt med din valberedning.

Mina tankar handlar annars till stor del om hur vi som organisation ska navigera i ett nytt politiskt landskap där ideologin i vissa frågor står över allt, och i andra fall är förhandlingsbar. Om vi ska lyckas med vårt alkoholpolitiska arbete så måste vi i ännu högre grad samverka med andra organisationer. Och få fler att bära och driva våra frågor. En annan fråga är hur vi som organisation ska bryta igenom mediebruset och bli den starka röst som vi förtjänar att vara.

I dagens medieklimat är det bland annat två saker som är viktiga för genomslag: Att ha en historia att berätta – och att uppfattas som tydliga. IOGT-NTO är välkänt, inte minst bland dem som är 60 år och äldre. De vet att vi är en nykterhetsorganisation, men på frågan om vad vi gör (förutom att vara nyktra), så är det betydligt färre som vet. En historia att berätta har vi, men vi behöver bli tydligare i vad vi gör. En oerhört viktig faktor för att vi ska uppfattas som den viktiga organisation vi faktiskt är.

Johnny Mostacero

"En historia att berätta har vi, men vi behöver bli tydligare i vad vi gör."



Johnny väljer



För vårt arbete med ANDTS-skuggstrategin, som vi tillsammans med uppåt 50 andra organisationer lämnar över till socialministern i vår.



De medelålders män (en grupp jag själv tillhör), som i brist på sakliga argument utövar mobbing mot miljöaktivisten Greta Thunberg.



Jag ser fram mot vårens distriktsårsmöten – en demokratifest där vi tillsammans kan fira att vi är klara med första etappen i Expedition 50.



FÖLJ JOHNNY
Facebook: Johnny Mostacero
Instagram: @johnnymostacero
Twitter: @JohnnyMostacero

Upplevelser, känsla och gemenskap

Socialt forum

Den **24 - 26 april** är det återigen dags för IOGT-NTO:s populära samling Socialt forum. En helg fylld med familjevänliga aktiviteter, spännande seminarier och annat roligt, där gemenskapen står i fokus. På fredagkvällen har vi en högaktuell föreläsare på plats. Mer om detta och resten av programmet hittar du på hemsidan och i Facebook-evenemanget **Socialt forum 2020**. Varmt välkommen att anmäla dig!

Pris:

Kursdeltagare	600 kr
Ungdom 13 - 18 år	600 kr
Barn 5 - 12 år	300 kr
Barn 0 - 4 år	0 kr

Plats:

Hjälmargården, Vingåker



Läs mer och anmäl dig på:
www.iogt.se/event/socialt-forum

Häng med på FEBRUARIKAMPANJEN - FOKUS PÅ HÄLSA



HÄLSOVINSTER - AVSTÅ ALKOHOL

Många av oss har vänner som väjer att ibland dricka alkohol. Bjud in dina vänner och inspirera dem till en bättre hälsa genom nykterhet! Evenemang för kampanjen kommer finnas på Facebook.

10 ORSAKER ATT AVSTÅ

Under februari släpper IOGT-NTO 10 inspirerande argument om hälsoeffekterna av att avstå alkohol i sociala medier.



VILKA VILL DU UTMANA?

Känner du någon som du kulle vilja utmana till en vecka, månad eller ett år utan alkohol? Värvar du dessutom en ny medlem får du och den nya medlemmen en gåva.



www.iogt.se/medlemssidor/kampanjer/

KALLELSE TILL DISTRIKTSÅRSMÖTE MED IOGT-NTO SYDOST

Föreningar i tidigare IOGT-NTO distriktet Kronoberg, Jönköping, Östergötland, Gotland och Kalmar kallas till distriktsårsmöte Jönköpings. Förbundsordförande Johnny Mostacero och generalsekreterare Kim Reenaas deltar på årsmötet.

Tid & plats: Lördagen den 18 april 2020, klockan 14.00
Hotell Högland, Nässjö

Ombud

Varje IOGT-NTO-förening väljer två ombud och fyra suppleanter. Medlemstal över 50 berättigar till ytterligare ett ombud med två suppleanter per påbörjat 50-tal medlemmar utöver de första 50. **Ombudsfullmakter skall vara insända senast den 1 mars till:** IOGT-NTO, Barnarpsgatan 39 G, 553 33 JÖNKÖPING eller sydost@iogt.se

Årsmöteshandlingar

Årsmöteshandlingar, kallelse och fullmakter sänds ut till föreningarna. Dessa går också att ladda ner från www.iogntosydost.se

Motioner

Motioner behandlas vid årsmötet under bildningshelgen och skall vara interimstyrelsen för IOGT-NTO Sydost tillhanda senast den 1 mars 2020. Motioner sändes till: IOGT-NTO, Barnarpsgatan 39 G, 553 33 JÖNKÖPING eller sydost@iogt.se

Frågor

Frågor kring årsmötet besvaras av Gunvor Nygren, telefon: 070-830 15 57, mail: gunvor.nygren@iogt.se

INBJUDAN TILL BILDNINGSHELG MED IOGT-NTO SYDOST, 18-19 APRIL

I samband med IOGT-NTO Sydost distriktsårsmöte genomförs en bildningshelg. Det blir middag och festligheter på lördagen och övernattnin på hotellet. Söndagen ägnar vi åt utbildningar/ föreläsningar inom drogpolitiska frågor, värning och annat matnyttigt för organisationen.

Medverkande lördag kväll
Fredrik Thorberger

Medverkande söndag
Kim Reenaas – Vårt nya IOGT-NTO, Per Leimar – Myter om alkohol, Sven-Olov Carlsson – Nordamerika efter legaliseringen, Irma Kilim – ANDTS – strategiskuggan, Josefin Bogelid – Junis.

Medverkande kan komma att förändras.

Kostnaden för helgen är 600 kronor. Bildningshelgen genomförs på Hotell Högland, Nässjö.

Mer information om helgen, program och anmälan, går att läsa på IOGT-NTO Sydost hemsida – www.iogntosydost.se

Frågor

Frågor kring bildningshelgen besvaras av Gunvor Nygren, telefon: 070-830 15 57, mail: gunvor.nygren@iogt.se



Posttidning B
Accent, Box 12825
112 97 Stockholm



Tack för ert stöd.

Vit juls företagsgivare bidrog till att tusentals barn och unga fick skratta, leka och ha kul under jullovet. Er insats är ovärderlig. Tack!

BD WORKS
BEMANNING & REKRYTERING


COOR

eventuellt

 **FF Profilreklam AB**

Friends Agenda*

GodDryck 


HEDTUVENS BIL
En trygg bilaffär

 **NORRSKOG**


O'D BIRD
LIBERATED FROM ALCOHOL


PYSSELBOLAGET

**REKLAM
BOLAGET**


**SIA
GLASS**


**STREAMSTONE
RELATIONS**

STUDIO
MIWT


thormo

Topline
BE YOUR BRAND 

Triggerfish


wimellwebb

IOGT·NTO·RÖRELSEN