

Sveriges största tidning om nykterhet, alkohol och andra droger

accent

Nº1 2022

En tidning från
IOGT-NTO

Dusten

Vad ska
IOGT-NTO heta?

Avhopparen

Daniel lämnade
nazismen

Arken

Oas för nyktra
studenter

Vit julresa

till Alperna



Sylvia: "Jag tycker
inte att jag varit
fördömande
eller tjatat."

Laddat läge

Känsligt prata alkohol med släkt och vänner

LÄS ACCENT PÅ WEBBEN

På [accentmagasin.se/tidningsarkiv](https://www.accentmagasin.se/tidningsarkiv) hittar du äldre utgåvor, från 2006 och fram till det senaste numret.



Innehåll #1 2022



Foto: Stéfan Estassy

Ledare

- 4 **Fler nyktra** oaser behövs.

Politik

- 6 **Segert i HD** Spritannonser fälldes i Högsta domstolen.
8 **Kommentar** Ohederlig debatt om avkriminalisering.

Forskning

- 18 **Främsta faktorerna** bakom ungas narkotikabruk.
20 **Opioidkrisen** har nått Sverige.
21 **Forskaren Jonas Raninen** om projektet Futura01.
22 **Hälsotrend** bland tonåringar fortsätter.

I rörelse

- 46 **Nystart** för Tollare folkhögskola.
47 **Medlemmen Alva Strandberg** gillar när det händer saker.
48 **Spelpolitik** IOGT-NTO välkomnar skärpt spellagstiftning.
51 **TV-serie** Monika Lindberg Puhakka om resan med Lars Lerin och de andra i TV-serien Vägen ut.

Reportage

- 12 **Daniel Lernhede** "Jag vill inte att barnen ska växa upp med hat."
24 **Tema: Nyktert studentboende** Arken en nykter oas i Uppsalas studentliv.
32 **Engagemang** Varannan svensk jobbar ideellt.
34 **Känsligt läge** Så kan du prata nykterhet och alkohol med släkt och vänner.
40 **"Drogrifrihet** bör vara målet för beroendevården."
42 **Nytändning** Gävle växer och tänker nytt.
52 **Garanterat vit jul** med UNF i franska Alperna.

Ordföranden

- 56 **Lucas Nilsson** Bekämpa drogindustrin med engagemang.



Foto: Anna Simonsson

10 **Möt Daniel Lernhede** som lämnat nazismen och kämpar för att hålla sig drogfri.

"Här har vi fester, man kan träffas, fika, läsa eller spela spel."

Robert Spjern, om nyktra studentboendet Arken. **Sidan 24.**



Foto: Casper Hedberg

32 **Eva Blomqvist** tror att människors ideella engagemang kommer att fortsätta vara starkt.

Fler nyktra oaser behövs

..
Aven om alkoholnormen har luckrats upp så finns mycket kvar att göra. Det visar inte minst artikeln Känsligt läge, som handlar om hur knepigt det kan vara att som nykterist prata nykterhet och alkohol. Det gäller inte minst vid samvaron med släkt och vänner, och frågan ställs ofta på sin spets vid tillfällen när någon ska uppvaktas, något ska firas, och det bjuds till fest. Accent frågade er medlemmar hur ni tänker och gör, och det visade sig att strategierna är många, sidan 34.

Saken har ytterligare en angelägen sida – behovet av trygga och välkomnande mötesplatser utan alkohol och andra droger. En sådan oas är Arken, ett nyktert studentboende i Uppsala, staden som annars är känd för ett alkoholindränkt studentliv, sidan 24. En annan oas är Edsgatan i Karlstad, som drivs av IOGT-NTO-föreningen Ägir. Medlemmen Monika Lindberg Puhakka brinner för att fylla huset med aktiviteter, som grillfester och musikkvällar. Hon gillar också att måla, och är en av deltagarna i den folkkära konstnären Lars Lerins TV-serie *Vägen ut*, sidan 51. I Gävle har IOGT-NTO:s lokalförening fått en nytändning när nya krafter kommit med engagemang

Ulrica väljer



Det är aldrig för sent att förändras.

Läs om Daniel Lernhede som lämnade nazismen och hatet bakom sig, sidan 10.



På tal om behovet av nyktra

mötesplatser verkar det vara skriande stort på 10 Downing Street, den brittiska premiärministerns residens.



Ulrica Ambjörn
chefredaktör

och idéer, sidan 42. Ovanstående är tre exempel från IOGT-NTO-rörelsens breda verksamhet, men det finns förstås väldigt många fler. Verksamheter som bygger på många människors ideella arbete och vision om en bättre och roligare värld. För att jobba ideellt handlar om att ge av sig själv, men i lika hög grad om att få tillbaka, sidan 32.

”Att jobba ideellt handlar om att ge av sig själv, men i lika hög grad om att få tillbaka.”

accent

Accent ges ut av IOGT-NTO.
Pressläggning: 8 februari
Nästa nummer: 22 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: Jens Magnusson

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
08-672 60 38

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

**SVERIGES
TIDSKRIFTER**



Trycksak
5041 0004

Dusten

Namnet IOGT-NTO var tänkt som en tillfällig lösning. Nu har över 50 år gått och kongressen 2021 beslutade att ett namnbyte ska utredas. Två kongressombud delar här sina åsikter.

Eva Jorendal

”Movendi manar till rörelse”



Foto: Privat



Movendi Min åsikt är att IOGT-NTO borde byta namn till Movendi Sverige. Jag anser det vara ett logiskt steg eftersom IOGT International har bytt namn till Movendi International. Bokstäverna GT, Good Templars, syftade ursprungligen på korsfarare som krigade mot muslimerna om herraväldet över Israel/Palestina. Idag

”Movendi fångar de två nyckelelementen i vår organisation.”

vill många muslimer bli medlemmar i organisationen, men det kan inte kännas så välkomnande för dem med ett sådant namn, även om vi försäkrar att det idag bara är en bokstavskombination och inget annat. Om det bara är en bokstavskombination kan det ju inte vara så viktigt att bevara just det namnet.

Även om bokstäverna io har bytt betydelse från Independent Order till International Organisation dröjer sig ändå en obehaglig känsla kvar av slutet orden som inte är öppen för alla människor, bland annat genom vissa kopplingar till Tempelriddareorden.

Ett argument mot att byta namn är att det blir dyrt att byta ut alla skyltar etcetera Jag tror inte att man behöver göra det på en gång. Det räcker till att börja med att byta ut namnet på hemsidan, och där tydliggöra att det är samma organisation som bytt namn.

Det finns två huvudsakliga skäl att välja Movendi: Det understryker att vi är en rörelse, en folkrörelse för utveckling genom alkoholprevention. Det belyser att vi är en gemenskap, en global gemenskap som främjar ett solidariskt och hälsosamt sätt att leva. Namnet fångar de två nyckelelementen i vår organisation: Movendi syftar på rörelse, en organisation som strävar efter framåtskridande när det gäller värnandet om allas lika värde, demokrati etcetera. Och det består av "modus vivendi", som är latin för "sätt att leva".

Vad tycker du?

Har du kommentarer till inläggen här? Vill du ta upp en annan fråga? Skriv till accent@iogt.se.

Per Bengtsson

”IOGT det namn som är mest känt”



Foto: Privat



IOGT Återigen har frågan om namnbyte kommit upp på våra kongresser. Ibland frågar jag mig varför det namn vi redan har inte duger som det är. Visst kan vi ändra namn, men då ska det göras så enkelt som möjligt och till minsta möjliga kostnad. Det gör vi genom att enbart använda oss av bokstäverna IOGT.

IOGT är trots allt det som vi allra oftast säger till vardags, och det är under det namnet som vi är mest kända idag. Att byta till ett helt nytt namn

”Jag tror inte att ett byte till ett nymodigt namn är till gagn för vår rörelse.”

skulle kosta oss alldeles för mycket, och vi skulle dessutom få börja om från början igen med att bygga upp det varumärke som vi nu byggt upp

i över 140 år. Jag tror därför inte att ett byte till ett nymodigt namn är till gagn för vår rörelse.

Nu kommer säkerligen en del tycka att vi inte ska ta bort NTO. Men i praktiken finns den delen av namnet inte med i dagligt tal och framkommer i stort sett endast när organisationen omnämns i skrift. Så låt oss göra det som är enklast och billigast för oss under omständigheterna: stryk NTO och behåll IOGT som namn på vår rörelse.



Foto: Istockphoto



Emil Juslin välkomnar HD:s dom.

HD fällde spritannonser

Högsta domstolen avgjorde till KO:s fördel. ”Den enda rimliga tolkningen”, säger Emil Juslin, IOGT-NTO.

TEXT Eva Ekeroth

Alkoholreklam Konsumentombudsmannen, ko, fick rätt: Bildregeln i alkohollagen strider inte mot EU-rätten och Mackmyras whiskyreklam lever inte upp till regeln. Det har Högsta domstolen, HD, fastställt.

– Det är en bra dom som beskriver vad vi ser som den enda rimliga tolkningen – att bildregeln är en proportionerlig reglering för att skydda folkhälsan, säger Emil Juslin, politisk sekreterare i EU-frågor för IOGT-NTO-rörelsen.

Turerna har varit många i fallet. Hösten 2019 fälldes Mackmyra whisky för otillbörlig alkoholreklam i sociala medier. I annonserna visades företagets produkter i olika miljöer: en drink på en bardisk, flaskor i naturen och vid havet. Enligt alkohollagens så kallade bildregel får bara förpackningen och ingredienserna som produkten är tillverkad av visas. Bilderna får inte förmedla stämningar eller visa

”Vad som är måttfullt kan alltid diskuteras, men av bildregeln framgår vad som får visas.”

Emil Juslin

upphållda drinkar. Tingsrätten ansåg inte att bilderna lever upp till regeln.

I början av 2020 beviljade Patent- och marknadsöverdomsstolen Mackmyra prövningstillstånd och i våras friades två av de sex annonserna med hänvisning till att bildregeln skulle strida mot EU-rätten. Domstolen hävdade att bildregeln inte uppfyller unionsrättens krav på proportionalitet.

Orsaken är ursprungsprincipen som säger att ett företags marknadsföring ska följa reglerna i det land där företaget är etablerat. Det är samma princip som gjorde det möjligt för tv-kanaler att visa alkoholreklam i Sverige när de sände från Storbritannien.

– Men lösningen är inte att Sverige ska montera ned sin folkhälsoskyddande lagstiftning. Istället måste fler EU-länder stärka sin alkoholreklamlagstiftning, säger Emil Juslin.

Sverige är inte ensamma om att ha hårda regler.

– Mest känd är kanske den franska Loi Évin, som är väldigt lik den svenska lagstiftningen. Men Estland införde ganska nyligen totalförbud mot alkoholreklam på sociala medier och EU hade inga invändningar mot det.

Mest nöjd är Emil Juslin med att bildregeln upprätthålls.

– Det är ett bra tillägg till lagen som säger att reklamen ska vara måttfull. Vad som är måttfullt kan alltid diskuteras, men av bildregeln framgår vad som får visas: produkten, varumärket och ingredienserna. Allt annat är förbjudet. Det underlättar gränsdragningen.

Fick han önska skulle förbudet sträcka sig längre, något IOGT-NTO nu gått ut och krävt.

– Vi skulle gärna se ett totalförbud mot alkoholreklam i sociala medier, säger Emil Juslin.

Fakta

► **Alkoholreklam** ska vara måttfull. Den får inte vara påträngande, uppsökande, eller uppmånat till bruk av alkohol.

► Den får inte rikta sig till, eller skildra, barn eller ungdomar som inte har fyllt 25 år.

► Bilder i marknadsföring får endast omfatta återgivning av varan eller råvaror som ingår i varan, enstaka förpackningar, eller varumärke eller därmed jämförbart kännetecken.

► Reklam för alkoholhaltiga lättdrycker ska utformas så att den inte kan förväxlas med marknadsföring av alkoholdrycker.

► Enligt EU:s ursprungsprincip måste företag följa lagen i det land de verkar, oavsett om de exporterar dryckerna till andra länder.



IOGT-NTO kräver skärpt alkoholskatt

Folkhälsa Finansdepartementet föreslår att skatten på öl och vin höjs med 5 procent i januari 2023 och med ytterligare 7,6 procent 2024. Skatten på sprit föreslås höjas 1 procent båda åren. – Alldeles för lite. Det blir bara marginellt dyrare och får ingen effekt på alkoholskadorna, säger Magnus Jonsson, drogpolitisk chef på IOGT-NTO.

Eva Ekeroth



Foto: Pressbild

Oklart hur lagen påverkar konsumtionen

Cannabis En ny studie från Karolinska institutet finner inga samband mellan ändringar i cannabislagstiftningen och ungas cannabisbruk. Forskarna undersökte konsumtionen hos 15–34-åringar i en rad europeiska länder. De som ändrat lagen visade på minskningar av konsumtionen vare sig de stramat åt eller mjukat upp lagstiftningen.

Peter Moilanen, chef för Narkotikapolitiskt center, NPC, tycker inte att det går att säga något om lagförändringars påverkan utifrån studien. Så länge forskningen inte kan visa att kriminalisering inte spelar roll så håller NPC fast vid att den har ett förebyggande värde.

– Det ska vara svårt att börja och lätt att sluta använda narkotika, säger Peter Moilanen.

Jens Wingren

4,5

miljarder dollar. Det skulle familjen Sackler, som äger Purdue Pharma, betala för sin roll i USA:s opioidkris. Överenskommelsen har nu ogiltigförklarats eftersom den gav familjen åtalsimmunitet.

Källa: New York Times

Färre döda

Cancer Alkohol är en av de främsta orsakerna till cancer. Globalt beräknas 4,1 procent av alla nya cancerfall vara kopplade till alkohol enligt The Lancet. Forskare har räknat ut att en fördubbling av alkoholskatten skulle kunna rädda 5 000 liv årligen i Europa.

Jens Wingren



Foto: Istockphoto

Malta först

Cannabis Malta blev först i EU med att göra personligt bruk av cannabis lagligt. Det rapporterar Yle. Upp till sju gram får man ha på sig, och max fyra cannabisplanter får man ha i hemmet. Privatpersoner kan också gå samman i föreningar för att odla cannabis gemensamt.

Jens Wingren



”Ger effekt”

Minimipriser Irland har infört minimipriser på alkohol, ett kontroversiellt beslut som motarbetats hårt av alkoholindustrin, men välkomnas av hälsominister Stephen Donnelly.

– Minimipriser har fungerat i Skottland och jag ser fram mot att det kommer att ge effekt även här, säger han till [breakingnews.ie](https://www.breakingnews.ie).

Ulrica Ambjörn



Joar Guterstam är nöjd med utredarens förslag.



Foto: Istockphoto, Erika Ljung

Ingen ska bollas mellan vårdgivare

Regionerna föreslås få ansvar för beroendevården. Bra, tycker Joar Guterstam, ordförande för Svensk förening för beroendemedicin.

Beroendevård Den särskilda utredaren av samsjuklighet, Anders Printz, föreslår att ansvaret för all beroendevård ska gå över till regionerna.

– Personer med samsjuklighet är ofta en mycket sårbar grupp som behöver bra, och samordnat stöd, vård och behandling. Allt för många har inte fått det stödet utan fallit mellan stolarna. Så ska det inte vara, sade socialminister Lena Hallengren vid presskonferensen då hon tog emot utredningen.

I dag är ansvaret för beroendevården delat mellan region och kommun. Utredaren Anders Printz menar att samordningen måste öka, och att nuvarande ansvarsfördelning är alldeles för otydlig:

– Personer i behov av insatser hänvisas och avvisas. De söker hjälp på en psykiatrisk akutmottagning och hänvisas till beroendemottagningen. De söker till socialtjänsten och hänvisas tillbaka till hälso- och sjukvården. Det blir ett

bollande fram och tillbaka för många i en väldigt utsatt situation.

Andra förslag i utredningen är att sprututbyte ska bli obligatoriskt för kommunerna och att ett program mot stigmatisering och för ökat brukarinflytande inrättas som Socialstyrelsen och Folkhälsomyndigheten ska bedriva tillsammans.

Anders Printz räknar med att ungefär hälften av dem som har ett skadligt bruk eller beroende också har en psykiatrisk problematik.

– Då landar vi på ungefär 250 000 personer. Sedan handlar det ju inte om att alla ska omfattas av samtliga föreslagna åtgärder, säger han.

Joar Guterstam, är nöjd med utredarens förslag.

– Ska man lyfta fram något i utredningen så är det här det viktigaste: att inte hälso- och sjukvården ska kunna hänvisa till droganvändning som en anledning att inte ge psykiatrisk vård. De har tagit hänsyn till olika gruppers behov och lagt väl avvägda, vetenskapligt förankrade förslag.

Eva Ekeröth

🔴 Se även intervjun på sidan 40.



Foto: Istockphoto

Långsiktiga effekter okända

Cannabis 2018 blev Kanada det andra landet i världen som helt legaliserade cannabis. Det har lett till viss ökning i användandet. En miljardindustri som ger skatteintäkter har växt fram, men den svarta marknaden är fortfarande stor. De långsiktiga effekterna på folkhälsan är inte kända. Däremot ökar antalet unga som uppsöker sjukvård akut efter att ha använt cannabis.

Jens Wingren

2,6

miljarder kanadensiska dollar (cirka 19 miljarder svenska kronor) såldes legal cannabis för i Kanada 2020. Det är en ökning med 120 procent jämfört med året innan.

Källa: CBC



Foto: Istockphoto

Protester mot vodka i trelitersbox

Norge Reaktionerna mot Vinmonopolets vodka i trelitersbox är starka i Norge. Protester har hörts såväl från samhällsdebattörer på Twitter som från organisationer som arbetar med rusmedelsfrågor. Det rapporterar Dagbladet Børsen.

Den norska nykterhetsrörelsens paraplyorganisation Actis kräver att boxarna tas bort. Än så länge har protesterna dock varit utan resultat. Actis skriver till Accent att de ännu inte lyckats få igenom någon förändring. Vinmonopolet har dock lovat att undersöka om produkten kan stoppas.

Enligt Systembolagets kundtjänst finns ingen vodka på box i Sverige. Däremot finns en trelitersförpackning i form av PET-flaskor i beställningssortimentet.

Eva Ekeröth

KOMMENTAR

Eva Ekeröth
Reporter



Ohederlig debatt om avkriminalisering

Det finns en rad rimliga skäl att vilja avkriminalisera eget bruk av narkotika. Stigmatiseringen är ett sådant. Ett annat att man kan ifrågasätta nyttan av att bötfälla människor för deras beroende. Det finns säkert fler skäl, men att avkriminalisering skulle leda till färre dödsfall är inte ett av dem. Den saken blir allt tydligare.

De som dör av narkotika är kända av vården. Av Socialstyrelsens statistik framgår att en stor majoritet som dör av överdoser har en psykiatrisk diagnos. Nästan lika många har en missbruksdiagnos. Att det är förbjudet att använda narkotika har alltså inte hindrat dem från att söka vård.

De droger de avlidna har i kroppen när de dör är inte heller alltid olagliga. Den vanligaste substansen 2020 var det smärtstillande läkemedlet oxikodon. Alla dör inte heller av misstag. Omkring en fjärdedel av

de narkotikarelaterade dödsfallen är självmord. De kan vara fler. Det är inte alltid lätt att avgöra, och ett antal klassas varje år som oklara dödsfall.

Det är förskräckande med så många narkotikarelaterade dödsfall varje år. Något måste göras. Men att använda dödstalen som argument för avkriminalisering är ohederligt. Helt andra åtgärder måste till, exempelvis att tröskeln sänks för att få tillgång till god vård. Det visar inte minst Pierre Anderssons (policyrådgivare i OGT-NTO) rapport från Portugal, där avkriminalisering gjordes samtidigt med ökad tillgång på väl samordnad vård. Dödstalen sjönk dramatiskt, men steg igen när ekonomisk nedgång ledde till att tillgången på vård att stramas åt.

A man with a beard and glasses, wearing a dark jacket with white stripes on the sleeves, a dark scarf, a tan beanie, and tan pants, stands next to a large, leafless tree in a snowy field. The ground is covered in snow, and a road is visible in the background. The sky is clear and blue.

”Jag vill inte att barnen ska växa upp med hat”

Daniel Lernhede tog sig ur hatet och föreläser idag om sitt förflutna som nazist. Men han kämpar fortfarande med missbruket som gjort flera år av hans liv till en dimma.

TEXT Jens Wingren FOTO Anna Simonsson

”Från att ha behövt se mig över axeln efter vänsterextremister behövde jag nu oroa mig för att bli attackerad av nazister.”

Daniel Lernhedes föräldrar skilde sig när han var i fyra-årsåldern. Efter skilsmässan bodde han främst hos sin pappa i ett invandrantätt område i Uppsala. Pappan hyste rasistiska åsikter som han inte hymlade med.

– Det var mycket hat, så jag lärde mig sen barnsben att skylla allt på invandrarna och började göra samma sak. Var det något som gick fel i skolan så var det alltid invandrarnas fel.

I tolvårsåldern började han tillbringa allt mer tid hos sin mamma, som bodde en bit utanför stan. Han lärde känna en kompis storebror som var skinnskalle och började hänga med nya vänner. Det dracks en del i hemmet och mamman hade svårt att hålla reda på var han höll hus.

Tillsammans med sina nya vänner började han själv dricka en hel del. När han började i högstadiet var de ett gäng på ett tjugotal skinnskallar på samma skola.

– Jag träffade folk som uttryckte samma saker som jag hade hört hemma. Och hör man samma sak tillräckligt många gånger så börjar man tro på det.

Det viktiga för honom var att tillhöra en gemenskap.

– Det var en stor och fin gemenskap på många sätt, jag hängde hellre med dem än med min egen familj, säger han.

Under 1990-talet blev ordet skinnskalle synonymt med nazist. Den brittiska och ursprungligen antirasistiska skinhead-kulturen, inspirerad av jamaikansk musik, hade anammats av en generation rasister som drack alkohol och lyssnade på Ultima Thule och Pluton Svea.

– Man var ju full nästan dagligen. Det var en del bråk till vardags. Men bråket blev alltid lättare att provocera fram när alkohol fanns med i bilden.

Han gick oftast till skolan, men var inte med på lektionerna. Han och hans vänner satt hellre i uppehållsrummet eller hängde på torget utanför skolan.

– Jag tror att det hade behövts någon vuxen där som frågade hur man mårde, egentligen. Det tror jag hade gjort en stor skillnad.

Efter millennieskiftet började det nazistiska partiet Nationalsocialistisk front, NSF, etablera sig i Uppsala. De ville göra den nazistiska rörelsen mindre subkulturell och mer organiserad utifrån 1930-talets renlevnadsideal.

– Folk lämnade skinnskallekulturen, slutade dricka och började träna istället, men jag fortsatte vara skinnskalle ett tag till innan jag började engagera mig mer politiskt.

► DANIEL LERNHEDE

Ålder: 34 år. **Bor:** Uppsala. **Gör:** Jobbar inom vården och föreläser om sin tid i den nazistiska rörelsen. **Familj:** Särbo och två barn på distans. **Favoriter på Spotify:** Min spellista med svensk hip-hop. När jag lyssnat noggrannare på texterna känner jag igen mig i en hel del. Sen håller jag lite koll på vit makt-musiken som släpps där också, på samma sätt som jag fortfarande läser Nordfront för att se vad de hittar på. **När det ska lyxas lagar jag:** När jag får gäster gör jag alltid fläskfilégryta med kryddat ris. När jag är ensam lagar jag gärna dillstuvad potatis med isterband, det är lyx det med!

► Våldet som förekom inom nazismen störde inte Daniel Lernhede när han var aktiv: ”Jag tänkte att jag slåss för min ras och för att mina barn ska få växa upp i ett vitt samhälle.”





◀ Även efter att ha hoppat av nazismen upplevde Daniel Lernhede att han blev dömd av människor han mötte på stan, i affären eller i skolan. Att ha synliga tatueringar med nazistiska symboler hjälpte inte.

”Den första tiden efter att jag lämnat rörelsen var det väldigt ensamt.”

jag inte brytt mig – det är mig de ska vara arga på i så fall, ingen tvingade mig att lämna rörelsen.

En dag 2018 drabbades Daniel Lernhede av kramp och hans nya sambo, mamman till hans andra barn, fick ringa efter ambulans. Då uppdagades att han hade alldeles för mycket smärtstillande i kroppen. Sambon hade inte insett att han missbrukade medicinen och relationen tog slut.

Han flyttade från Kungälv där han bott med sambon hem till sin mamma i Uppsala. Där fortsatte han opioidmissbruket, och tog också amfetamin, bensodiazepiner och kristall. Han beskriver tiden som följde som att befinna sig i en dimma, han var påtänd mest hela tiden och träffade inte sina barn.

– Det var tungt. Det lättaste för mig var att döva ångesten genom att pilla i mig allt jag kom över.

Parallellt med missbruket fortsatte han föreläsa.

– När jag skulle föreläsa såg jag till att vara nykter. Det var ett dubbelliv.

I januari 2020 stoppades han av polis på centralstationen i Uppsala och dömdes senare för ringa narkotikabrott. Själv minns han inte händelsen.

– Då kontaktade jag beroendeenheten och bad om hjälp.

Han började gå i tolvstegsbehandling hos både anonyma alkoholister och anonyma narkomaner.

– Långsamt började jag kunna boka in föreläsningar igen, knyta nya kontakter och bygga upp allt på nytt.

Bland de saker som Daniel Lernhede ångrar mest från tiden som nazist är ett tillfälle då han slog ner en av sina systrar för att hon var homosexuell. Idag har han nästan daglig kontakt med båda

sina systrar och god kontakt med sin mamma. Pappan har han däremot ingen kontakt med.

– Jag har fortfarande vänner som är i aktivt missbruk, men när vi ses så är de alltid nyktra och har inga grejer med sig.

Att hålla föreläsningar tycker han känns meningsfullt.

– En kille kom fram till mig efter en föreläsning och sa att ”Jag är rasist, men jag vet inte varför”. Då får man fråga hur det ser ut hemma, hur bekantskapskretsen ser ut. Men den allra viktigaste frågan är: Hur mår du, egentligen? ✚

✚ **Läs en längre version av intervjun på accentmagasin.se/lernhede**

HJÄLP ATT HOPPA AV

► **Segerstedtinstitutet** är ett resurscentrum vid Göteborgs universitet som bildades 2015 ur ett samarbete mellan universitetet och Kungälv kommun. Institutet jobbar för att förhindra spridningen av våldsutövande ideologier och rasism. De bedriver utbildning och forskning, bland annat om inträde och utträde ur högerextrema organisationer.

► **Exit** är en avhopparverksamhet knuten till Fryshuset i Stockholm som hjälper den som vill lämna en radikal grupp. Verksamheten ska också förebygga nyrekrytering till radikala miljöer och handleda anhöriga till personer som hamnat i en radikal grupp.

► **Hoppa av nu** är ett program i Malmö för unga som behöver stöd i att lämna kriminalitet eller våldsbejakande rörelser, som drivs av Flamman. De driver även även en verksamhet som heter Safe Space, som ska förebygga radikalisering och antidemokratiska beteenden hos unga.

Nazismen kom att prägla Daniels Lernhedes liv fram till 2012. Men renlevnadsidealet var mest prat. Det började irritera honom att människor omkring honom inte levde som de lärde och när hans dåvarande fru blev gravid 2012 hade Daniel Lernhede fått nog.

– Jag ville inte att mitt barn skulle växa upp med hat på samma sätt som jag har gjort. Det tog två eller tre månader av tvivel innan jag bestämde mig. Har man varit så övertygad ideologiskt så tar det emot att be om hjälp att slippa ha kvar de åsikterna.

Han kontaktade Christer Mattsson, Göteborgs universitet, som bedrev en avhopparverksamhet.

– Han var känd inom rörelsen för att vara en stor antirasist. Jag mejlade honom och några dagar senare hade vi vårt första möte. Han har hjälpt många att lämna rörelsen.

Processen som följde ställde honom öga mot öga med förintelseöverlevare, förde honom till koncentrationsläger i Polen, och mynnade så småningom ut i att han började föreläsa i skolor om sin tid som nazist.

– Den första tiden efter att jag lämnat rörelsen var det väldigt ensamt. Men allteftersom kom jag in i ett mer normalt Svenssonliv med plugg och nya vänner.

Det tog sin tid.

– Folk sa ”En gång nazist alltid nazist”. Jag försökte förklara att jag lämnat det livet och försökte leva ett så normalt liv jag bara kunde. Men folk trodde att det var ett spel jag höll på med.

Och det gamla livet spökade, det fanns en hotbild som stressade.

– Från att ha behövt se mig över axeln efter vänsterextremister behövde jag nu oroa mig för att bli attackerad av nazister.

Och Daniel Lernhedes liv skulle ta ytterligare en vändning. Efter en gastric bypass-operation 2016 fick han starka smärtstillande mediciner utskrivna. Snart var det uppenbart att det inte var den fysiska smärtan han ville döva med tabletterna.

– Jag sa till läkaren att jag fortfarande hade ont för att få ut mer smärtstillande, trots att smärtan gått över.

Tabletterna fick honom att slappna av.

– Det var mycket tankar som snurrade i huvudet efter att jag lämnat den högerextrema rörelsen. Opioiderna hjälpte mig att släppa de tankarna.

Fortfarande flera år efter avhoppet och en skilsmässa från det första barnets mamma bar han på en oro för hur hans närstående skulle påverkas av hans avhopp.

– Nassarna kunde gå på ex-fruar eller andra familjemedlemmar till avhoppare. Men så länge det är mig de varit på så har

”Gårdsförsäljning” en falsk idyll

Starka intressen jobbar hårt för att få igenom så kallad gårdsförsäljning. I december presenterades den tredje utredningen i frågan.

TEXT Eva Ekeröth BILD Spektra

2009

Februari

► Slutbetänkandet av Alkohollagsutredningen, ledd av Anita Werner, läggs fram. Slutsatsen är att gårdsförsäljning inte bör införas eftersom det äventyrar det svenska alkoholmonopolet.

► Christoffer Fjellner (M) är missnöjd med utredningens slutsatser och ställer en fråga till EU-kommissionen. Han får svar i mars 2009 från EU-kommissionären Neelie Kroes. Accent intervjuar experter, EU-parlamentariker och jurister. Alla är överens om att svaret är ett icke-svar. Det går helt enkelt inte att dra några tydliga slutsatser av det utredaren skriver.

► Egon Frid, ordförande i riksdagens nykterhetsgrupp, ber Riksdagens utredningstjänst utreda frågan. Men inte ens riksdagens EU-expert lyckas dra några säkra slutsatser, utan konstaterar att det är EG-domstolen och ingen annan som i slutändan avgör om gårdsförsäljning i Sverige är förenligt med EG-rätten eller inte.

2010

Mars

► Regeringen beslutar att gårdsförsäljning ska utredas en andra gång. Äldre- och folkhälsominister Maria Larsson presenterar direktiven. Lotty Nordling utses till särskild utredare.

Augusti

► EU-parlamentarikerna Anna Hedh (S), Cecilia Wikström (FP), Eva-Britt Svensson (V) och Alf Svensson (KD) skriver en gemensam debattartikel i Svenska dagbladet där de menar att gårdsförsäljning krockar med EU-rätten.

December

► Utredning nummer två (Gårdsförsäljning SOU 2010:98) lägger fram sitt förslag. Enligt förslaget kan gårdsförsäljning genomföras om försäljningen kopplas till en upplevelse, och gården inte alls behöver vara en vingård utan omfatta alla producenter av alkohol. Inte heller får utländska tillverkare hållas utanför utan måste få möjlighet att etablera sig i Sverige för att kunna sälja sina produkter. Utredningen ledde aldrig till något lagförslag.

2018

April

► Riksdagens socialutskott öppnar för att gårdsförsäljning av alkohol bör tillåtas förutsatt att Systembolagets monopol kan bevaras. ”Socialutskottet bör ägna sig åt folkhälsopolitik istället för att gå alkoholindustrins ärenden”, säger IOGT-NTO:s ordförande Johnny Mostacero. Socialdemokraterna, Miljöpartiet och Vänsterpartiet säger nej till gårdsförsäljning. De har dock inte majoritet i riksdagen.

2020

Maj

► IOGT-NTO:s drogpolitiska chef Irma Kilim och Kalle Dramstad, politisk sekreterare, deltar i regeringens ”rundabordsamtal” i frågan.

Juni

► Politiker som är för gårdsförsäljning av alkohol syns flitigt i media under våren. Och pådrivande producenter har bildat föreningen Sveriges producenter av alkoholdrycker för att lobba för gårdsförsäljning.

Oktober

► IOGT-NTO ger ut rapporten Gårdsförsäljning – alkoholindustrins trojanska häst och startar en kampanj mot gårdsförsäljning.

November

► Regeringen beslutar att tillsätta en tredje utredning om gårdsförsäljning. Elisabeth Nilsson utses till särskild utredare.

2021

Februari

► Irma Kilim, IOGT-NTO, utses till expert i utredningen.

Oktober

► IOGT-NTO startar kampanjen Systembolaget? Ja tack! Gårdsförsäljning? Nej tack! Där medlemmar under hösten och vintern står utanför Systembolagets butiker landet runt, delar ut flygblad och pratar med kunder.

December

► Utredningens förslag, En möjlighet till småskalig gårdsförsäljning av alkoholdrycker, SOU 2021:95, överlämnas till regeringen. Förslaget innebär att gårdsförsäljning ska tillåtas om vissa villkor uppfylls, bland annat vad gäller volym, producent, och krav på föreläsning eller liknande i anslutning till försäljningen.

2022

► IOGT-NTO:s ordförande Lucas Nilsson är starkt kritisk till förslaget: ”Det är uppenbart att utredningens förslag inte handlar om landsbygden. Snarare är det ett sätt att värna alkoholindustrins intressen i den urbana öl- och spritproduktionen.” Magnus Jonsson, drogpolitisk chef på IOGT-NTO, hoppas att förslaget läggs på hyllan och glöms bort.

► Branschorganisationen Sveriges bryggerier tveksamma till gårdsförsäljning: ”Valet för oss är enkelt. Står det mellan gårdsförsäljning och Systembolaget väljer vi Systembolaget alla gånger.”

Juni

► 144 remissinstanser ska senast den 10 juni lämna sina synpunkter.
➕ Accents artiklar om gårdsförsäljning finns samlade att läsa på accent-magasin.se/gardsforsaljning

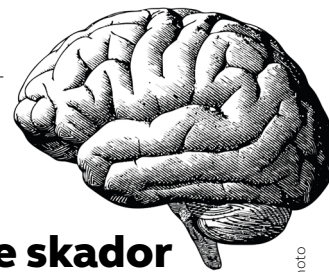


Bild: iStockphoto

Kvarstående skador efter cannabisrus

Beslutsförmåga En ny översiktsstudie visar att kognitiva nedsättningar som orsakas av cannabis kan bestå åtminstone en vecka efter ruset. Forskarna skriver att de kognitiva nedsättningarna under cannabisrus är ”små till måttliga” och omfattar områden som förmåga att ta beslut, impulskontroll, inlärnin g genom att lyssna och läsa, samt tiden det tar att lösa kognitiva uppgifter. Studien är publicerad i tidskriften Addiction.

Jens Wingren

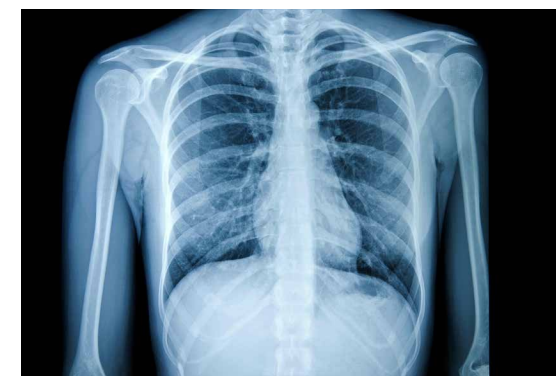


Foto: iStockphoto

Alkohol varje dag ökar risken för cancer

Magcancer Den som dricker alkohol varje dag löper 39 procent större risk att få cancer i mag-tarmkanalen. Hur ofta kan vara mer avgörande än hur mycket per tillfälle. Det antyder en koreansk studie som tittat på dryckesmönstret hos nästan 12 miljoner människor i en nationell hälsodatabas.

Jens Wingren

”Vi har skapat en bärbar enhet som kan känna av en överdos och automatiskt injicera naloxon.”

Justin Chan, en av forskarna som utvecklat enheten som bärs på magen av opioidanvändare och känner av om bäraren slutar andas.

Källa: News Medical

”Tillgänglighet spelar stor roll på alkoholområdet, men det saknas studier för narkotika.”

Helena Löfgren

När det gäller livsvillkor och levnadsförhållanden kan man se att riskfaktorerna inkluderar en lägre socio-ekonomisk position, dåliga betyg i grundskolan, att växa upp i ett utsatt område, eller generellt att bo i städer.

Familjen spelar också roll; riskfaktorer är bland annat att bo med endast en vuxen, att föräldrar skiljer sig och att ha en förälder med beroendediagnos. Men även att ha en förälder född utanför Sverige verkar vara en riskfaktor.

– Flera av faktorerna är inte så direkta i sin karaktär och det finns antagligen olika typer av mellanliggande faktorer som påverkar, säger Helena Löfgren.

För pojkar verkar det också vara en riskfaktor att ha blivit erbjuden cannabis i ung ålder. Att tidigt ha börjat använda cigaretter dagligen kan också kan också kopplas till att använda cannabis senare i livet.

– Tillgång till droger är en viktig aspekt att undersöka framöver. Vi vet att tillgången spelar stor roll på alkoholområdet, men det är ont om studier kring narkotikatillgänglighet.

På det individuella planet är de främsta riskfaktorerna att ha en adhd-diagnos, beteendeproblem eller självskadebeteende. Men också att vara född som pojke.

– Där ser vi att kunskapen behöver kompletteras med mer kvalitativa undersökningar för att veta mer om på vilket sätt det är en riskfaktor att vara pojke.

Utredarna anser att man genom att identifiera riskfaktorer kan samordna insatser på flera nivåer för att förebygga att unga börjar använda narkotika.

– Vi ser detta som ett underlag för ett hälsofrämjande arbete, vi behöver känna till vad orsakerna till narkotikarelaterade problem är för att kunna kartlägga, analysera, prioritera och hitta samverkansmöjligheter i det förebyggande arbetet.

Riskfaktorer Utredare på Folkhälso-myndigheten har gjort en litteraturöversikt över vilka faktorer som kan kopplas till att unga börjar använda narkotika.

– Studien bekräftar vad vi redan sett i internationell forskning, men det har saknats en översikt av nordiska studier, säger Helena Löfgren, utredare på enheten för drogprevention.

Riskfaktorerna som tas upp i studierna har sorterats utifrån olika kategorier: individuella, levnadsvanor, sociala nätverk, livsvillkor och levnadsförhållanden, samt samhällseliga förutsättningar. Studier som tittar närmare på samhällsfaktorer är det dock ont om.

– Vi hittade tyvärr inga studier alls på samhällsnivå.



Därför använder unga narkotika

Problem med hälsa, familj, relationer, och ekonomin i barndomen. Det är faktorer som kopplas till narkotikabruk konstaterar Folkhälso-myndigheten.

TEXT Jens Wingren

Foto: Privat, Emmanuel Olgun



Cancerhot fungerar
Förebyggande Långt ifrån alla argument för att dricka mindre alkohol tar skruv. Men att uppmuntra människor att hålla räkning på hur mycket de dricker, samt att informera om cancerriskerna, verkar effektivt. Det visar en australisk studie.
Jens Wingren

Sämre sömn av cannabis
Sovvanor Att använda cannabis för att varva ned kan ge motsatt effekt. En amerikansk studie visar att de som använt cannabis de senaste 30 dagarna oftare rapporterade nattsömn som var antingen kortare eller längre än snittet. De som hade använt cannabis under minst 20 av dagarna rapporterade de mest avvikande sovvanorna.
Jens Wingren



Hjärtflimmer av droger
Strokerisk Alkohol, met-amfetamin, opiater, kokain och cannabis kan alla orsaka förmaksflimmer. Tillståndet kan leda till allvarliga komplikationer som blodproppar, stroke och hjärtsvikt rapporterar News Medical. Störst risk, 86 procent högre, löper de som använder metamfetamin.
Eva Ekeröth



Foto: Christina Victoria Craft

Opioidkrisen är här

Färre dog en narkotikarelaterad död förra året. Narkotikaklassade läkemedel bakom de flesta fallen.
Narkotikadöden År 2020 dog 822 personer av narkotika- och läkemedelsförgiftningar. Det är 8 procent färre än 2019 enligt Socialstyrelsen. Under 2010-talet gick antalet dödsfall upp, men 2018 skedde ett trendbrott som fortsatt under 2020. Den vanligaste substansen 2020 var oxikodon, ett smärtstillande opioidläkemedel som bidragit till opioidkrisen i USA. Sedan 2012 har drogen ökat med 192 procent i Socialstyrelsens dödsorsaksstatistik.

Daniel Svensson, utredare på Socialstyrelsen, är inte förvånad.
– Det har skett ett skifte från gat droger till läkemedel. Men han betonar att det är stor skillnad mellan Sverige och USA.
– Förskrivningen där är på en helt annan nivå. Här är förskrivarna väldigt återhållsamma och extremt försiktiga. De svenska läkarna försöker hålla nere förskrivningen av opioider. Förskrivningstiderna är också kortare och doserna lägre, säger han.

Var läkemedlen kommer ifrån är svårt att veta.
– Naturligtvis kan det finnas enstaka läkare som går över gränsen, men jag har en känsla av att det smugglas in en hel del.
Narkotikadödsfallen delas in i tre kategorier: olycksfallsförgiftning (överdos), självmord och oklara dödsfall. Omkring en fjärdedel är självmord.

Främsta orsaken till att dödsfallen minskade är att antalet självmord bland kvinnor minskade.
– Vi trodde kanske att självmorden skulle öka under pandemin, men det har blivit tvärtom, säger Daniel Svensson.
De som dör av självmord är inte obekanta för vården; 73,9 procent av männen och 78,8 procent av kvinnorna har en psykiatrisk diagnos.

Inte heller övriga avlidna är okända för vården. En stor majoritet av dem som dör av överdos har en psykiatrisk diagnos. Det gäller 85,5 procent av männen och 80 procent av kvinnorna. Även missbruksdiagnoser är vanliga. En sådan har 70,7 procent av männen och 61,1 procent av kvinnorna.
Eva Ekeröth



”Jag kommer att följa de här ungdomarna så länge jag lever”

Forskaren Jonas Raninen

Hur hamnade du där du är idag?
– Det var en lång rad tillfälligheter. Jag jobbade på Maria Ungdom och träffade min fru där. Via henne lärde jag känna alkoholforskaren Håkan Leifman. Jag började jobba med honom på Stad 2011 och han blev min handledare under forskarutbildningen. På det sättet så kom även jag in på ämnet alkohol.
Vilka projekt jobbar du med just nu?
– Jag jobbar mycket med ett projekt som heter Futura01. Det är en långsiktig studie som syftar till att undersöka betydelsen av att växa upp med den historiskt låga alkoholkonsumtion som vi har idag. Vi startade 2017 och fick nyligen ett stort anslag från Forte, som gör att vi kan genomföra ytterligare en omgång enkäter under våren. Jag kommer antagligen att följa de här ungdomarna så länge jag lever.

Vad gör du när du inte forskar?
– Jag klättrar gärna, och spelar golf. Så ofta jag har tid åker jag till stugan i finska skärgården, badar bastu och lyssnar på tystnaden. I år har vi nästan varit där på halvtid, det är en fördel med att kunna jobba på distans.
Text: Jens Wingren Foto: Casper Hedberg

Utredare med forskningskompetens på Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN, senior forskningsspecialist på Karolinska institutet, Honorary Research Fellow på Latrobe University Center for Alcohol Policy Research, och alkoholforskare på Institutionen för socialt arbete på Södertörn.

Hälsotrend bland unga fortsätter

Färre unga använder narkotika, och det från en redan låg nivå. De dricker också allt mindre alkohol.

Drogvanor Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN, genomför varje år en drog-vaneundersökning bland skolelever. Förra året kunde man se att narkotikabruket minskade något jämfört med året innan. I årskurs nio uppgav 7 procent av pojkarna och 5 procent av flickorna att de någon gång använt narkotika. I gymnasiets andra årskurs är siffran 17 procent för pojkarna och 13 procent för flickorna.

– Under 2000-talet ser vi så små variationer att det rör sig på slumpnivå. Bland gymnasieeleverna finns däremot en puckel 2010–2016 och det tror jag är en verklig förändring, den är liten men ändå mer än ett måttfel, säger Ulf Guttormsson, CAN.

Förändringen tror han skedde i efterfrågan på narkotika.

– Utbudet är större nu. Puckeln sammanfaller med åren då spice var vanligt, vilket i stort sett försvunnit nu.

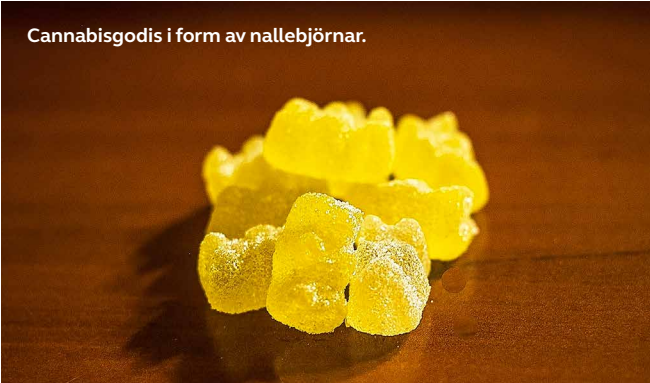
Svenska ungdomars drickande fortsätter att minska och ligger på historiskt låga nivåer; 36 procent av niondeklassarna uppger att de druckit alkohol det senaste året. I årskurs två på gymnasiet är samma siffra 67 procent. I flera år har det rapporterats att unga dricker mindre i hela västvärlden. Men minskningen verkar vara mindre global än man tidigare trott. Det upptäckte forskarna vid en närmare analys av siffrorna från 2019 års ESPAD-undersökning, som kartlägger skolungdomars drogvanor i Europa.

– Det är något som sker i ett mindre antal länder, säger Jonas Raninen, alkoholforskare på CAN. Främst är det protestantiska respektive engelsktalande länder som det handlar om.

Jens Wingren



Foto: iStockphoto



Cannabisgodis i form av nallebjörnar.

Foto: Pierre Andersson

Nio gånger fler barn cannabisförgiftade

Kanada Antalet barn som uppsöker vård i delstaten Ontario i Kanada på grund av cannabisförgiftning har ökat kraftigt. Kraftigast har ökningen varit sedan ätbar cannabis, som kakor, choklad och godis, legaliserades i landet. Studien, som utförts av Ottawa Hospital, visar en niofaldig ökning av antalet barn under tio år som sökt vård akut efter att ha fått i sig cannabis.

Jens Wingren

”Att måttligt drickande ger bättre hälsa är lika mycket nonsens som att det ger bättre hälsa att äga en Ferrari.”

Andy Towers, beroendeforskare vid Massey University på Nya Zeeland, om en australiensisk studie som visar att små mängder alkohol minskar förekomsten av hjärt-kärlsjukdom. I stället handlar det om att det är de med pengar som dricker måttligt, äger Ferrari och är friskare.

Försämrade folkhälsa när industrin får inflytande

Alkoholindustrin Fattigdom, demokratibrist och stort inflytande från näringslivet är dåligt för folkhälsan. Det visar forskare från Karolinska institutet och London School of Hygiene & Tropical Medicine, som undersökt hur stor del av WHO:s rekommenderade åtgärder mot icke-smittsamma sjukdomar medlemsländerna infört. Många åtgärder begränsar tillgången på hälsofarliga produkter.

I genomsnitt har en tredjedel av rekommendationerna genomförts. När det gäller alkohol verkar den globala trenden enligt studien snarare vara lösare reglering. Extra långsamt går det i fattiga länder och länder med bristande demokrati. Men även mer demokratiska länder halkade ned i statistiken när inflytandet från näringslivet var stort.

Jens Wingren



Bilden är ett montage. Barnet på bilden är en modell och inte medlem i IOGT-NTO - än.

Säg hej till IOGT-NTO:s nytillskott

Äntligen har din nya medlemsshop sett dagens ljus, och vi kunde inte vara gladare över denna nyföddling! Eller, ”återfödding” om vi ska vara petiga, men oavsett: här hittar du allt du behöver för värvning, för möten och för att helt enkelt bära ditt viktiga medlemsskap med stolthet (tyvärr har vi inga nappar i sortimentet idag, men vem vet vad framtiden bär med sig?).

Varmt välkommen att titta in
- finfina öppningserbudanden utlovas!

iogt.se/medlemssidor



Scanna!

INNEHÅLL: 26 "Arken är unikt"
30 "Väldigt socialt på Arken"

Nykter oas

Studenthemmet Arken har varit en mötesplats för nyktra studenter sedan 1800-talet. Här finns plats för både plugg och fest – och för hemliga ritualer.

TEXT Eva Ekeröth FOTO Marc Femenia





”Arken är unikt”

Sedan 1889 har nyktra studenter bott på Arken i Uppsala. Sociala aktiviteter, grannar med gemensamma värderingar och lugnt boende hör till det som lockar.

TEXT Eva Ekeröth FOTO Marc Femenia

Mitt i centrala staden, i ett småtrist låg-hus från 1950-talet, ligger Arken, Uppsalas nyktra studentboende. Stämningen är dock långt ifrån trist, och en modell av det ursprungliga huset som låg på platsen visar att huset inte alltid varit det heller. Det revs dock för att ge plats för ett hus med utrymme för fler studenter.

– Det ursprungliga huset var ett gammalt trähus med torn och snickarglädje och en stor veranda längs hela framsidan,

◀ Hampus Söderström, Åke Klarqvist och Robert Spjern vid spelbordet.

”Fram till femtiotalet var det förbjudet för män och kvinnor att dela korridor.”

Robert Spjern

säger studenten Robert Spjern, som även är föreståndare för Arken.

En halvtrappa upp i huset sträcker sig dagens ”veranda” mellan husets båda portuppgångar. Det är inte alls någon veranda utan husets ena samlingslokal, som har samma placering och funktion som den gamla verandan.

– Här har vi fester och man kan träffas och fika, läsa eller spela spel. Varje söndag har vi gemensamt fika här som korridorerna turas om att anordna, säger Robert Spjern.

Just nu skriver han på sin c-uppsats på samhällsvetarprogrammet och arbetar samtidigt deltid som föreståndare på Arken. Det innebär att han gör det mesta; ansvarar för underhåll, synar lägenheter och skriver hyreskontrakt.

– Han ordnar allt som behövs, och lagar det som är trasigt, säger Hampus Söderström, som bor i huset.

– Allt gör jag faktiskt inte själv. Jag har en biträdande föreståndare, Sara Björck, som hjälper mig, säger Robert Spjern.

Så mycket fester har det inte varit på Arken den senaste tiden, men julfesten blev åtminstone av.

– Det var den första festen på två år. Vi har inte ens haft mottagning för de nya studenterna, säger Hampus Söderström.

Han plockar fram Arkens årsböcker ur en bokhylla intill. Det är en tradition sedan starten 1889 att göra årsbok. I boken finns fotografier från fester och andra aktiviteter, tidningsartiklar som rör Arken och en presentation av dem som flyttat in under året. På Arken firas,

förutom julfest, semmelfest, äggfrukost, ”recentiorfest” och den årliga Hackspettmiddagen, som firas den 30 april.

– Det är en gammal tradition med hemliga ritualer, så det kan jag inte berätta om, säger Hampus Söderström.

Hackspetten, eller Haxptn, som invånarna på Arken föredrar att stava det, är Arkens maskot och beskyddare.

– Han tilltalas Hans högvördighet Haxptn, säger Åke Klarqvist, qurator (ordförande) i den lokala hyresgästföreningen Hemitkåren, som alla boende måste vara medlemmar i.

Åke Klarqvist läser historia på universitetet och har bott på Arken sedan terminsstarten 2020. Arken var ett ganska självklart val eftersom hans familj är nykterister sedan flera generationer.

– Arken är unikt. Det bästa är det sociala livet och att det bor många trevliga människor här. Jag har ju inte bott på något annat studentboende, men jag har förstått att det är lugnare här. Den enda alkohol som kommer innanför dörren är handsprit, säger han.

En trappa ner, rakt under Verandan, ligger husets andra samlingslokal, Lastrummet.

– Det heter Lastrummet för att det är här man ägnar sig åt sina laster: skönlitteratur, pingis och musik, förklarar Åke Klarqvist.

I rummet finns två pianon, en radio av det antika slaget, ett pingisbord, och en gammaldags soffgrupp. Runt soffgruppen hänger ett sammetsdraperi som kan användas för att skapa lite avskildhet. ►



– I den här lokalen gör vi sånt som låter lite mer, som att öva på musikinstrument eller spela pingis. Här nere har vi också filmvisningar, säger Robert Spjern.

I en av sofforna sitter Martin Kalling med en dator i knät. Han är mitt uppe i ett digitalt möte som förs på engelska. Vi smyger vid sidan om för att inte störa, och tittar på den stora boksamlingen och det fiffiga stället för pingisracketar. Robert Spjern berättar att det är hans föregångare som snickrat det. Hampus Söderströms korridor är inte

”Det heter Lastrummet för att vi ägnar oss åt våra laster där.”

Åke Klarqvist

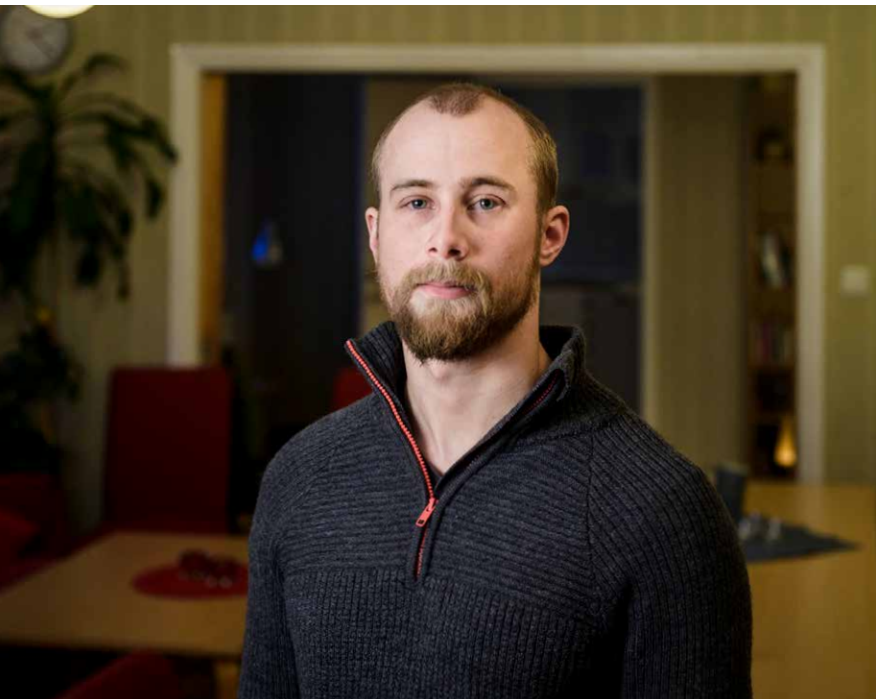
mycket till korridor; snarare är det en hall som utvidgare sig till ett litet tv-rum. Fem dörrar leder till studenternas rum och den sjätte till det gemensamma köket. Alla har var sitt skafferi och varsin hylla i kylskåpet. På väggen hänger en ”Att göra lista” där en av punkterna är rengöra kaklet. Det behövs, annars är ordningen god. – Just nu är det rätt bra, men det har varit olika. Vi turas om att ha städvecka. Då ska vi ta ut sopor, kompost och förpackningar varje dag, dammsuga och våttorka golv, torka bänkarna, bordet och

spisen, plocka ur diskstället och vattna blommorna, säger Hampus Söderström.

Hans rum domineras av ett stort skrivbord och flera bokhyllor fyllda med böcker. Här samsas en fransk ordbok med Romerska riket, Idéhistorisk läsebok och böcker om filosofi och naturvetenskap. En säng, en fätölj och några stolar ryms också. Genom fönstret ovanför skrivbordet har han utsikt mot en park. – Oftast sitter jag här och pluggar. Ibland går jag till något bibliotek, säger han.

◀ ”Det gamla trähuset revs på 50-talet för att ge plats åt fler studenter och höja standarden.”

▶ Robert Spjern är student, men även föreståndare för Arken. Det innebär att han gör "allt".



Rummet är inte stort, 15 kvadratmeter, varav en kvadratmeter tas upp av en liten hall, och ytterligare två av ett duschrum. Fyra män och en kvinna bor i samma korridor. – Fram till femtiotalet var det förbjudet för män och kvinnor att dela korridor, berättar Robert Spjern. Trots att varje rum har egen toalett och dusch finns också ett gemensamt badrum i korridoren. – Ända fram till 90-talet delade studenterna i korridoren på ett badrum. Det har tjänat oss väl att ha dem kvar. Annars skulle vi få ställa upp toabaracker på gården när vi renoverar badrum, säger han.

Hampus Söderströms badrum är litet, men funktionellt. Vid första anblicken ser det ut som om där bara finns en toalett och handfat. Men en mer noggrann titt avslöjar att blandaren till handfatet i själva verket är en duschblandare som sticker ut genom ett hål i väggen. Väggen med handfatet går att vrida ut och där bakom döljer sig en dusch. Hampus Söderström trivs bra och är glad över att ha ett eget krypin. – Det är skönt med eget. Standarden här är hög jämfört med många andra länder. Jag har varit utbytesstudent i Bologna och där fick de flesta dela rum, säger han. ✖

STUDENTIKOS ORDLISTA

- ▶ **Amanuens** Enligt Saol en lägre statlig tjänsteman, eller assistent på universitet. På Arken ansvarig för till exempel bastun eller tvättstugan.
- ▶ **Hemit** En person som bor på Arken.
- ▶ **Hemitkåren** Den lokala hyresgästföreningen där alla boende är medlemmar.
- ▶ **Hemsk** inleder (inhemska) ord, som har med Arken att göra.
- ▶ **Hemät** En person som inte bor på Arken, men deltar i fester och andra evenemang. Uttrycket kommer från den tid då mat ingick i avgiften och serverades av husmor. Några tidigare studenter fortsatte att komma och äta på Arken. En av de mer kända är polarforskaren Finn Malmgren (1895–1928).
- ▶ **Hxptn** (hackspetten) Arkens beskyddare. Tilltalas Hans höghet hackspetten.
- ▶ **Qurator** Den som leder en studentnation. På Arken ordförande i den lokala hyresgästföreningen.
- ▶ **Recentior** Ny student.
- ▶ **Studentnation** (eller bara nation) Studentförening vid universitet baserad på studenternas hemvist, till exempel Värmlands nation.



Pingis är poppis på Arken vilket den hemmasnickrade rackethyllan är ett bevis på.

”Väldigt socialt på Arken”

Bra boende, socialt sammanhang och en motvikt till det ofta alkoholindränkta studentlivet, är tanken bakom Arken.

TEXT Eva Ekeroth FOTO Marc Femenia

Elisabeth Narup är ordförande i stiftelsen Nykterhetsvännernas studenthem, som äger och driver Arken. Hon har själv bott där i två omgångar.

– Det behövs ett sammanhang där normen är alkoholfri, där man slipper en massa stök. Det blir lugnare med en nykter studentmiljö helt enkelt. Och så är det jättekul att bo på Arken. Det är ungefär som att bo med sin UNF-förening.

Hon tycker också att det behövs som en motvikt till det övriga studentlivet som ofta är starkt förknippat med alkohol.

– Arken är ett väldigt socialt boende. För de flesta är det deras första egna hem. De kommer direkt från mamma och pappa. På Arken får de ett socialt sammanhang där de känner sig välkomna.

Arken fungerar också som en studentnation i miniformat.

– Hemitkåren har delvis den funktionen, men utan den alkoholindränkta upplevelse som det studentikosa livet i Uppsala ofta är.

Många känner någon som bor på Arken redan när de ställer sig i kö.

– Det kan vara en kompis från UNF eller någon de träffat på en kurs eller ett läger. Eller så har deras föräldrar eller far- och morföräldrar bott här.



Foto: Privat

▶ ELISABETH NARUP

Gör: Apotekare. Ordförande för stiftelsen Nykterhetsrörelsens vänner sedan 2013. **Bor:** Uppsala, är ursprungligen från Jämtland. Har själv bott på Arken 1991–1993 och 2001–2006. **Medlem:** IOGT-NTO-föreningen Trots allt.

Att vara medlem i en nykterhetsorganisation är meriterande för den som söker boende.

– Men det är inte meningen att man ska kunna gå med i UNF när man ställer sig i kö och få förtur direkt. Man måste ha varit medlem i ett år för att få tillgodoräkna sig medlemskapet.

Redan 1889 öppnades det första nyktra boendet för vuxenstudenter.

– Statuterna är desamma i dag. Vi tillhandahåller studenthyresrätter. En skillnad är att det tidigare fanns en husfar och en husmor och att man åt alla måltider gemensamt på verandan.

Hon bekräftar att företeelsen med hemäter (tidigare boende som kommer tillbaka för att äta eller delta i aktiviteter) är gammal. Förutom fester kan de delta i spel- eller filmkvällar eller till exempel vara med i frågetävlingen Pumpen som genomförs på verandan varje år.

– De har egen nyckel till de allmänna utrymmena. Man måste ansöka om förnyelse varje år och då måste man visa att man faktiskt deltar i fester och aktiviteter och/eller har vänner i huset.

Stiftelsen är inte vinstdrivande utan drivs ideellt, styrelsens ledamöter får inga arvode.

– Vi ska erbjuda bra och billigt boende och har inget intresse av att vara marknadsledande, men måste ändå ha hyror som gör att vi klarar ekonomin långsiktigt och kan sätta av till underhåll.

Det långsiktiga tänkandet visar sig i hennes målsättning.

– Jag vill att barnen till dem som bor här nu också ska vilja flytta hit.

Så söker du till Arken

Medlemmar i en organisation med nykterhetslöfte, eller som har valt att avge löftet i en organisation där det går att välja, har förtur. Anmälan till kön görs via hemsidan studenthemmetarken.se. Till lägenheterna på Arken kan man meritera sig genom att åta sig uppdrag på Arken, till exempel som bastu- eller tvättstugeamanuens, eller genom uppdrag i nykterhetsrörelsen.

110

studenter bor på Arken. De flesta i korridor, men också i lägenheter eller i rum med egen ingång och pentry, som på Arken kallas licentiatrum.



”Ideellt arbete är otroligt viktigt”

Nästan varannan svensk utför ett ideellt uppdrag – till ett värde av cirka 161 miljarder kronor årligen. En av dem är Eva Blomqvist, IOGT-NTO-medlem och generalsekreterare i Bilkåren.

TEXT Ulrica Ambjörn FOTO Casper Hedberg

”Det ideella arbetet har gett mig utveckling, gemenskap och vänner.”

Värdet av det ideella arbetet i Sverige beräknas i ett samarbete mellan Ersta Sköndal Bräcke högskola och Statistiska centralbyrån, SCB, till 161 miljarder kronor 2019. Det motsvarar 3,2 procent av BNP (Där det inte räknas in idag). Eva Blomqvist, tidigare ledamot i IOGT-NTO:s förbundsstyrelse och en fortsatt engagerad medlem, deltog under Frivilligveckan i höstas i ett panelsamtal om framtidens volontärer.

Varför uppmärksamma ideellt arbete med en egen vecka?

– Det är ett sätt att sätta fokus på och synliggöra det otroligt viktiga arbete som sker i samhället och som tas för givet. Det blir ännu tydligare i kris, som pandemin visar, och som alla behöver förstå. Inte minst behövs uppmärksamheten för att påminna politiken om hur viktigt det ideella arbetet är i samhällsbygget.

Vad har det ideella engagemanget gett dig?

– Allt! Jag skulle inte vara där och den jag är utan mitt engagemang i IOGT-NTO-rörelsen och andra organisationer. Det har gett mig utveckling, gemenskap och vänner. Att få spela roll för andra, att vara ledare – det ideella arbetet ger ett kvitto på att det är fint att spela roll för andra. Det jag verkligen kan har jag lärt mig i folkrörelsen, även om jag läst på universitetet också. Jag tänker att det är så för många.

Varför tycker du att man ska engagera sig ideellt?

– Det ger så mycket tillbaka för en som person, och det ger möjligheten att spela roll för det som är större än en själv. Oavsett vilket ideellt uppdrag man har.

Hur tror du att det ideella arbetet kommer att utvecklas under 2020-talet?

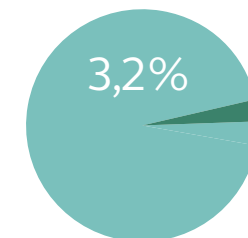
– Vi är ju redan i ett skifte när det gäller engagemangsformer. Viljan att engagera sig tror jag kommer fortsätta att vara stark, men formerna för hur man vill göra det förändras. Det kommer nog fortsätta att röra sig mot att göra punktsatser, och troligtvis blir det färre livslånga engagemang i en och samma organisation. Det är en utmaning för alla organisationer.

VARANNAN JOBBAR IDEELLT

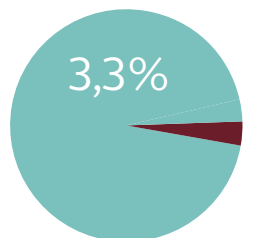
4140 000

► **människor arbetade ideellt i Sverige** under 2019. Tillsammans lade de ner 735 miljoner timmar på ideellt arbete. Det innebär att nästan varannan svensk regelbundet ägnar sig åt något slags ideellt arbete.

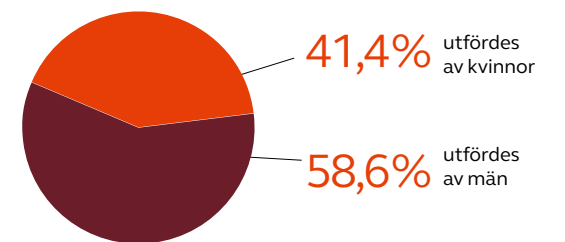
Det ideella arbetet motsvarar 3,2 % av BNP 2019.



Detaljhandelns bidrag till BNP 2019.



► **Värdet av det ideella arbetet** i Sverige uppskattas till 161 miljarder kronor 2019, vilket motsvarar 3,2 procent av BNP. Om värdet av det ideella eller frivilliga arbetet jämförs med andra delar av samhället, är det till storleken likvärdigt med detaljhandelsbranschen vars bidrag till BNP var 3,3 procent 2019.



► **Av det beräknade värdet** bidrog män med 58,6 procent och kvinnorna med 41,4 procent av det ideella arbetet. När det gäller olika åldersgruppers frivilligarbete bidrog personer mellan 16 och 29 år och mellan 45 och 59 år mest.

Vad menas med ideellt arbete?

► **Till ideellt arbete räknas** arbete som utförs obetalt och inom ramen för en ideell organisation inom det civila samhället. Det kan exempelvis handla om att vara tränare i en idrottsförening, vara förtroendevald i en intressepolitisk organisation eller leda studiecirkel i en kulturförening.

Källa: Det frivilliga arbetet, Ersta Sköndal Bräcke högskola och SCB.

Känsligt läge

Att prata alkohol med familj och vänner kan vara känsligt, inte minst när man är nykterist.

TEXT Eva Ekeröth ILLUSTRATION Jens Magnusson

Sylvia är 88 år och medlem i IOGT-NTO sedan länge. Hon kommer från en stor familj och står sina syskon och deras barn nära. En dag får hon ett långt mejl från en av släktingarna som förklarar att Sylvia gått för långt när hon föreslagit att 18-årsfirandet av familjens son skulle vara alkoholfritt.

– Jag hade föreslagit att vi skulle införa en ny sed och skåla i alkoholfritt, berättar hon för Accent.

I brevet förklarar släktingen att hon förstår att det är av omtanke Sylvia kommit med förslaget, men att de ändå tagit illa upp. Sylvia blir ledsen och förvånad över hur hon uppfattats.

– Jag tycker inte att jag varit fördömande eller tjtatat för ofta, utan tagit upp det nu och då.

”Att man gjort ett livsstilsval som är annorlunda än de andras, och bryter mot normen kan i sig vara provocerande.”

Karin Hagman

Det handlar inte heller om att Sylvia tycker att familjen i fråga dricker för mycket.

– Men alkohol är förrädiskt och lömskt, så jag blir orolig, även om de dricker måttligt.

Sylvia, som inte vill ha med sitt efternamn i tidningen, tror inte att hon kommer att ta upp frågan om alkohol igen.

– Jag förstår nu att jag har sagt tillräckligt.

Hon är tacksam över att släktingen hörde av sig och att de nu har rätt ut det hela.

– Det var svårt för mig att de tog det på det sättet, men min släkting betonar att jag är lika älskad ändå. Hon är en helt underbar människa och skulle aldrig gå och bära på något utan att säga det. Det är viktigt att man pratar ut ordentligt och inte gömmer undan något.

Många kan nog känna igen sig i Sylvias berättelse. Är det så att frågan blir känsligare när en nykterist tar upp den? Karin Hagman, vd på Systembolagets dotterbolag IQ, tror att det kan vara så.



– Att man gjort ett livsstilsval som är annorlunda än de andras, och bryter mot normen kan i sig vara provocerande. Är man nykterist måste man kanske tänka ett varv till på hur man formulerar sig, säger hon.

Hon menar att det bästa sättet att ta upp frågan, vare sig man är orolig för någon annans konsumtion eller bara vill ifrågasätta alkoholens roll, är ur ”jag-perspektivet”.

– Utgå från dig själv. Vad är det du sett som oroar dig, eller vad är det du känner? Visa att ”Jag bryr mig om dig, och jag ser det här.”

Påhopp och pekpinnar är ingen framkomlig väg.

– Undvik det genom att prata utifrån dig själv. Fråga också hur den du pratar med upplever det. De flesta som söker hjälp gör det för att någon annan uppmärksammat att de dricker för mycket.

Karin Hagman menar att det räcker långt att vara en god förebild.

– Genom att vara en förebild så visar man på ett annat sätt att vara. Man visar att det går att låta bli att dricka. Att vara

närvarande och nykter på en tillställning där andra dricker visar att det finns en annan väg.

Sedan nöjer sig kanske inte omgivningen med det.

– Människor som själva dricker kan ifrågasätta ditt val eller börja försvara sin egen konsumtion. Då gäller det att



”Genom att vara en förebild så visar man på ett annat sätt att vara”

Karin Hagman

förklara att ”Jag har gjort mitt val för att...”, utan att tala om hur andra borde göra.

Om man vill förekomma att en situation blir alltför alkoholcentrerad har Karin Hagman flera tips.

– Ta upp frågan i god tid. Det är viktigt att välja tillfälle och inte göra det i en stressad situation i sista minuten.

Hon tycker också att man själv kan ta ansvar för att det alltid finns alkoholfria alternativ.

– Man kan också vara den som tar initiativ till alkoholfria aktiviteter. Det finns mycket man kan göra där alkohol inte alls passar in.

Hon tycker att det är viktigt att alla får vara med på samma villkor.

– Det är viktigt hur vi är mot varandra, att alla kan få göra som de vill.

Inför högtider blir frågan extra aktuell för många, tror Karin Hagman.

– Ta upp frågan i god tid, helst innan ni börjar planera vem som ska göra vad. Se till att det finns alkoholfria drycker framme. Och tänk på att du är en förebild bara genom att vara med. ☺



Hur pratar du som nykterist alkohol med icke-nykterister?

Accent frågade medlemmar-na i Facebookgruppen IOGT-NTO Medlem om hur de pratar kring alkohol.

► **Ulf Dalevik** ”Det är bara att vara den man är. Argument föder alltid motargument. Jag var på kurs på Åkeshofs Slott för tio år sedan. Till middagen den första träffen serverades vin och de hade inget alkoholfritt alternativ. Till den andra träffen hade med mig GT-dricka som jag lämnade till kyparen och sa att han gärna fick servera

mig den på middagen. De visste inte riktigt hur de skulle hantera det.”

► **Stephan Gullberg** ”Det kan nog ofta vara lättare att prata innan själva festen. När folk sitter med alkoholglas i handen hamnar de lätt i försvarsställning. I övrigt tror jag på det praktiska exemplet. Visa att det visst går att ha roligt på en fest med vanlig dricka i glaset.”

► **Göran Ottosson** ”Det är en besvärlig fråga eftersom det

är känsloladdat och alla som dricker vill hävda sin goda självkontroll oavsett om de är ’sunda’ i sitt drickande eller ej. Det leder lätt till att man som nykterist betraktas som fundamentalist.”

► **Anna Jacobson** ”Min erfarenhet är att det fungerar att prata om sin egen erfarenhet av alkohol och varför jag tagit detta beslut.”

► **Åsa Hagelstedt** ”Jag brukar tala om hur jag känner när andra dricker alkohol och

att jag tycker att alkohol ofta exkluderar oss som inte dricker, särskilt när det ska drickas snaps och liknade. Och jag brukar berätta vad undersökningar visar om hur barn känner inför vuxnas drickande. Men detta samtal ska man ta vid ett annat tillfälle än på festen/middagen.”

► **Leonard Ngaosuvan** ”Jag tror att det är viktigt att man inte uppfattas som fördömande när det gäller nästan allt beteende. Ironiskt nog

kan man säga att jag bara vill fördöma fördömandet.

Jag dricker inte alkohol, men jag äter kött och dricker juice. Ytterst få personer lever fullständigt rationellt utan att hyckla i något avseende. Jag brukar utgå ifrån mig själv och någon aspekt där jag inte är rationell. Sedan kan man göra en parallell till hur andra lever sina liv.

Jag har också märkt att det är en enorm skillnad på vilket motiv som man för fram som argument till varför man inte ”alkoholar”. (Jag ogillar frasen ”Hen dricker inte”, precis som om normen vore att droga sig med alkohol.)

Om man säger att man är nykter alkoholist, så bemöts man ganska bra och med förstående. Om man säger att man inte vill dricka av forskning, medicinsk eller ideologiska skäl så blir det lite mindre sympati. Minst sympati får man om anger hedonistiska skäl, det vill säga att man inte tycker om doften eller smaken av alkohol. Då bemöts man av ’välvilliga’ personer som ska försöka få en att smaka på samtliga alkoholphaltiga drycker i pubens eller Systembolagets sortiment.”

► **Maria Nensen** ”Ska man ha bjudning hemma blir

det lättare om man gör sin egen bar med alkoholfria drycker så får gästerna smaka på något gott som inte skadar. Går man bort på fest så kan man ta med alkoholfria alternativ.”

► **Ylva Sandin** ”Ibland tänker jag att jag får stå ut för att jag vill vara med i ett sammanhang där det serveras alkohol. Jag har inte alltid ställt upp för mina barn, utan tagit med dem på fester med alkohol, som de inte alltid uppskattat. Det är ur den synvinkeln som jag känner att jag borde, skulle kunna, ta upp alkoholen, det vill säga om man ska fira med

barn. Och då inte på själva festen utan tidigare.

För på själva festen är det andra än jag som tar upp alkoholtraditionen just då.

Är med i ett folkdanslag som inte tillhör nykterhetsrörelsen – ibland är jag med och sjunger snapsvisor (sjunga är ju roligt) och ibland står det mig upp i halsen, med att lova vinet, (tack och lov är deras supvisor rumsrena på andra sätt) och jag blir sur och tappar bort festkänslan och klämmer sedan i med kaffelåten och andra mid-sommarlåtar om jag hunnit få upp humöret tills dess. Det är inte alltid jag orkar skämta om det.



Så visst blir man åsidosatt. Visst känner man sig utanför, och ställer sig utanför eftersom man till exempel på spelning är där för musiken och inte för vad som finns att dricka.

Jag har vid något tillfälle blivit lite trött, besviken och typ 'avundsjuk' när man har pysslat och fixat med alkoholhalten och den alkoholfria är något trist i värsta fall apelsinjuice. Det är ett tag sen det kändes nytt och fräscht."

► **Nina Svensson** "Jag är rätt noga med att inte prata alkohol. Om de inte frågar. Av flera skäl, men delvis för att jag tycker att mitt ställnings-

tagande verkar påverka andra ganska mycket ändå och mer om jag inte pratar med dem om deras drickande. Respekt föder respekt liksom. De blir nyfikna och frågar."

► **Esbjörn Hörnberg** "Det har varit ömsom vin ömsom vatten. Som ende nykterist bland killarna på tekniska gymnasiet blev jag trots allt aldrig trugad att dricka. De tyckte det var rätt bra att ha någon som 'tog hand om dem' under skolresor i Sverige och till Italien.

På socialhögskolan ville två klasskamrater att jag tillsammans med dem skulle skriva en uppsats om mellan-

ölets historia. Jag tackade efter visst betänkande ja, och det blev enligt lärarna den första alkoholpolitiska rapporten på skolan.

Efter att ha umgåtts några år med ett par som vi träffade genom arbetet frågade de 'Hur blir man medlem hos er?' Och efter det upptäckte mannen i familjen hur ofta alkohol förekom i olika sociala sammanhang. De är fortfarande medlemmar.

Jag är säker på att man i den vidgade bekantskapskretsen undviker att bjuda oss till olika tillställningar där alkohol har en framträdande roll, exempelvis kräftskivor.

► **Björn Larsson** "Alkoholfria alternativ tas med, så att det räcker till att bjuda. Se till att ha roligt och släpp loss nykter. På den tiden som jag spelade rugby bröt jag ganska mycket med den alkoholkultur som fanns genom att fira segrar och sörja förluster nykter. Efter ett tag var det helt okej. Lyft gärna fördelarna med att vara nykter och skämta om nackdelarna."

► **Birgitta Jacobsen** "Jag tar nästan aldrig upp alkohol vid festtillfällen. Men framåt 1 promille får jag ofta frågan om varför jag inte dricker. Då slänger jag iväg mitt stan-

dardsvar – med tydlig (själv) ironi: Jag behöver ingen alkohol. Jag behöver inte bli dummare än jag redan är.

Sen brukar diskussionen vara över – men jag ser att vissa tar åt sig det underliggande budskapet."

► **Monica Ståhl** "Köp med goda alkoholfria drycker och ha smaktest."

► **Rose-Marie Byström** "Jag håller inga moralpredikningar, men brukar slänga in något argument där de passar i sitt sammanhang utifrån samtalsämne.

Barn och säkerhet: Jag skulle aldrig förlåta mig

själv om det hände mina barn något på grund av avbristande uppmärksamhet/handlingsförmåga för att jag druckit alkohol. Att exempelvis närsomhelst på dygnet kunna köra bil kan vara skillnaden mellan liv och död.

Cancer: Tänk att så få personer känner till att alkohol är den största riskfaktorn näst rökning till att få cancer!

Väld och psykisk ohälsa: Det pratas för lite om alkoholens inverkan i samhället... Visste du att...? och så vidare.

Det finns en mängd olika tillfällen att slänga in drogpolitiska och hälsomässiga argument i olika typer av samtal. Jag har märkt hur

många hajar till och reagerar. Ibland blir det bara tyst och ibland kan det bli ytterligare frågor och diskussion."

► **Margareta Jacobsen** "Hos mig blir det ingen alkohol när vi träffas, men jag diskuterar inte heller andra människors alkoholvanor. Men man kan ju diskutera alkoholpolitiska frågor och det kan leda till eftertanke."

► **Rolf Bromme** "Jag bjuder aldrig på alkohol hemma! Inte ens när någon har med sig en vinflaska och överlämnar den. Brukar inte vara bra att ta upp en diskussion när det är fest. Men när man är ensam med

en eller ett par vänner kan det gå för sig. Men det gäller att föra samtalet på ett positivt och förstående sätt. Kasta inte hårda argument på en vän. Men låt det bli ett sätt att upptäcka hur bra det är med nykterhet."

► **Anita van den Bosch** "Jag berättar att jag är nykterist, och vad andra gör är upp till dem. I slutet av festerna får jag hålla igång själv, vilket märks i alkoholdimmorna. Det drar ner konsumtionen vid nästa tillfälle. Att få vakna pigg och glad smittar också av sig! Behövs inga ord, räcker med att vara sig själv." ✖



”Drogfrihet bör vara målet”

Fokus på skademinskande insatser i narkotikavården är rimligt, men slutmålet bör vara drogfrihet. Det anser Peter Moilanen, NPC.

TEXT Eva Ekeröth FOTO Pierre Andersson

Viktigast i utredningen om samsjuklighet (mellan psykiatrisk diagnos och beroende), som presenterades i november är förslaget att det delade huvudmannaskapet försvinner och att regionerna tar över ansvaret för beroendevården från kommunerna. Det tycker Peter Moilanen, chef för Narkotikapolitiskt center, NPC, är en god idé.

– De flesta kommuner är för små för att kunna erbjuda flera behandlingsalternativ. Att föra över ansvaret till regionerna ökar möjligheterna till fler insatser och bättre kontinuitet. Men oron kvarstår att det blir en övervikt på läkemedelsbaserad vård, säger han.

Förslaget innebär en förflyttning mot mer skadereducerande insatser i narkotikavården. Sprutbyten och andra skadebegränsande åtgärder ska enligt utredaren inte ha som övergripande syfte att leda till annan behandling, utan ”ses som självständiga interventioner som ges utifrån patientens behov, och, när det är relevant och patienten samtycker till det, samordnas med andra insatser.”

Bland förslagen finns också ökad tillgång till läkemedelsassisterad behandling, Laro, och naloxon (motgift mot överdos). Det ska vara obligatoriskt för kommuner att inrätta sprutbytesverksamheter. Sprutrum och kriminaliseringen av narkotikabruk ska utvärderas.

Peter Moilanen tycker att det mesta är rimligt.

– Det enda jag är skeptisk till är drogkonsumtionsrummen, eller sprutrummen som de kallas, säger han.

Att utveckla en sådan verksamhet menar han kostar mer än den smakar.

– Sprutrummen verkar vara en möjlighet att skapa en kontaktyta. EU:s narkotikabyrå, EMCDDA, har också visat att de kan ha en effekt för att få folk i behandling. Det är ju bra, men ska vi ha en jämlik vård behöver vi bygga upp verksamheten över hela landet och det klarar vi ju inte ens med Laro, säger han.

Ett argument för att införa sprutrum som förs fram i debatten är att ingen dött i ett sådant.

– Laro och naloxon räddar liv, medan sprutrum inte verkar ha någon nämnvärd effekt på narkotikadödligheten – även om ingen dött i rummen. Ska vi bygga upp en ny verksamhet över hela landet, så blir det en ganska dyr historia som ändå inte löser uppdraget med att rädda liv. Risken är att det blir någon halvmesy med sprutrum i någon storstad och inget mer.

Däremot anser Peter Moilanen att det finns all anledning att utvärdera kriminaliseringen av eget bruk, om han själv inte anser att eget bruk av narkotika ska avkriminaliseras.

– Har vi haft den lagstiftningen i över 30 år och det finns olika syn på hur den

”För alla är inte drogfrihet realistiskt – i alla fall inte just nu. Andra delmål kan vara mer aktuella för individen.”

fungerar så är det väl rimligt att utvärdera effekterna? Därmed inte sagt att det ska leda till att man utreder avkriminalisering. Det finns annat som kanske ligger närmare till hands att se över, som att införa en ”god samarit-lag”, eller vilka insatser polisen använder.

God samarit-lag kallas en lagstiftning som ger straffrihet för den som larmar vid en överdos, även om den larmande personen själv är påverkad av olagliga substanser.

Avkriminalisering tror inte Peter Moilanen skulle ha någon avgörande betydelse för att få fler att söka vård.

– Även de som är beroende av alkohol eller spel tycker att det är svårt att söka vård på grund av stigmatiseringen. Men alkohol och spel är ju inte kriminaliserat. Dessutom verkar det som om människor söker vård i senare skede i delar av Nordamerika som legaliserat. Kanske känns det skamligt att inte klara det alla andra klarar?

Peter Moilanen tycker att NPC (och andra som föredrar en restriktiv narkotikapolitik) ofta tillskrivs åsikter de inte har, till exempel krav på absolut drogfrihet.

– Man måste kunna ha två tankar i huvudet samtidigt. Att samhället har ett övergripande mål om drogfrihet behöver inte betyda att man har fokus på drogfrihet i alla situationer. Ingen ska nekas psykiatrisk vård för att den inte är drogfri.

Han menar att man måste ha tålamod och aldrig ge upp. Om det kommer en dag då individen själv vill bli drogfri ska möjligheten finnas.

– För alla är drogfrihet inte realistiskt – i varje fall inte just nu. Det kan ta lång tid att uppnå och andra delmål kan vara mer aktuella för individen.

Han tycker också att det är bra om

Laro och sprutbyte byggs ut och får ett utökat uppdrag.

– Det är utmärkt. Om man som vi förespråkar en human och restriktiv narkotikapolitik är det rimligt att man kan få likvärdig vård över hela landet. Tanken att de ska ha en vårdcentralsliknande verksamhet är också bra. I Stockholm jobbar de redan så. Det är väldigt sympatiskt eftersom många som besöker de här mottagningarna har en stor misstro mot andra samhällsinstitutioner, säger han.

Peter Moilanen tar också upp förslaget att införa personliga ombud som ska vara ett oberoende stöd i kontakter med myndigheter och med vård.

– Det tycker jag är en jättebra idé, säger han.

➔ **Mer om utredningen på sidan 8.**

NARKOTIKAPOLITISKT CENTER

► **NPC är ett nätverk** där följande organisationer ingår: IOGT-NTO, Ungdomens nykterhetsförbund (UNF), Junis, nykterhetsrörelsens bildningsverksamhet (NBV), Sveriges landsråd för alkohol- och narkotikafrågor (SLAN), Blå bandet, Sveriges blåbandsungdom (SBU), LP-verksamheten, Föräldraföreningen mot narkotika (FMN), Kriminellas revansch i samhället (Kris), Anhöriga mot droger (AMD), Svenska Frisksportförbundet, frisksportens ungdomsförbund, Stockholms länsnykterhetsförbund, Svenska sällskapet för nykterhet och folkuppföstran, Nordiska godtemplarrådet (NGR).

► **Verksamheten finansieras** av ovanstående organisationers bidrag på olika sätt; genom pengar eller personnal, eller andra sökta bidrag hos såväl ideella som offentliga organisationer.

Källa: Narkotikapolitiskt center



Nytändning

IOGT-NTO 21 Gävle är numera en mycket aktiv förening. Nya grupper av medlemmar och nya aktiviteter har fått fart på verksamheten.

TEXT Eva Ekeröth FOTO Stéfan Estassy



Det är kallt och snöar lätt när Niveen Al Moubayd och Maram Temeiza packar upp disken och strandflaggorna på Stortorget i Gävle.

Det är andra fredagen de står här för att diskutera gårdsförsäljning och berätta om IOGT-NTO:s verksamhet. Snart ansluter även Karin Hagman, ordförande, och Lilia Hammami, vice ordförande, lokalföreningen 21 Gävle.

– Det är vi som är kärntruppen i vår förening, säger Karin Hagman.

På disken finns en kaffetermos och pepparkakor. Särskilt kaffet lockar en del besökare, även om inte alla är sugna på att prata gårdsförsäljning.

En man kommer fram och undrar om han får ställa en fråga.

– Dig kan jag förstå, säger han och pekar på Karin Hagman, men ni andra: Hur kan ni vara så engagerade i det här?

– För att vi har sjal, menar du?

– Jag har inget emot sjal. Men det är mycket komplicerat det här med svenskarna och alkohol. Jag tvivlar på att de lyssnar på vad ni säger, säger mannen som visar sig heta Hindi Talal, och som själv inte dricker alkohol.

– Då kan du bli medlem i IOGT-NTO, utbrister Maram Temeiza.

Värvningsförsöket lyckades inte – den här gången. Bättre går det för Philippe Günther, som representerar Ungdomens nykterhetsförbund, UNF. Fem grabbar fyller omgående i var sin medlemsansökan. Lite längre tid tar det för honom att övertyga Emilia Wallberg och Bella Sjödin. De skriver inte på, men lämnar sina telefonnummer och vill gärna ha en påminnelse via sms.

▲ Värvarblocket åker fram.

◀ Lilia Hammami serverar besökare som var mer sugna på kaffe än på att diskutera gårdsförsäljning.



”Vi är nöjda. Föreningen växer för var dag.”

Maram Temeiza

Kommer ni att bli medlemmar?

– Ja, vi är lite intresserade. Det låter kul att träffa folk och göra grejer, säger Bella Sjödin.

Det börjar mörkna och kylan tilltar. Då dyker IOGT-NTO:s förbundsordförande Lucas Nilsson upp tillsammans med Britt-Marie Johansson, teamchef för distrikten Svea och Gävle-Dala. De kommer raka vägen från Söderhamn, där de har ätit lunch med en politiker och pratat gårdsförsäljning. Dessutom har de hunnit kampanja utanför Systembolaget.

– Det var tydligt att folk vill ha Systembolaget kvar och att många förstår att gårdsförsäljning är ett hot mot det. Vi blev väldigt positivt bemötta, säger Lucas Nilsson.

Han frågar Maram Temeiza hur läget är i Gävle.

– Vi är nöjda. Vi kämpar på och föreningen växer för varje dag. Vi har tre lokaler där vi har aktiviteter, säger hon.

Föreningen har nu ungefär 200 med-

lemmar. Karin Hagman berättar att de var en krympande och åldrande skara innan Maram Temeiza och de andra kom in i föreningen.

Maram Temeiza kom till Sverige från Palestina 2017 och blev medlem i IOGT-NTO året därpå.

– Jag gick på en fest som IOGT-NTO anordnade och gillade föreningen. Sedan tog jag kontakt med Britt-Marie Johansson och fick en praktikplats. Efter det har det bara blivit mer och mer, säger hon.

Enligt Karin Hagman är Maram Temeiza en nyckelperson i föreningen.

– Många dras till henne. Hon har idéer och engagemang, säger hon.

Och föreningen är väldigt aktiv.

– Varje lördag hela sommaren har vi familjedagar. Då är vi på Lillgården, vårt sommarhem, där vi kan vara utomhus. Vi äter lunch och sedan är det olika aktiviteter. Det kan vara hantverk och pyssel, eller tipspromenad och frågesport, säger Maram Temeiza.

– Och vi får smaka mat från olika länder, fyller Lilia Hammami i.

Maram Temeiza berättar att hantverk och pyssel för kvinnor är en återkommande aktivitet, året om.

– Vi gjorde nyligen en utställning och visade upp vad vi gjort, säger hon.

Deras verk ingick i den interaktiva utställningen *Vi skapar framtiden* som består av 17 konstverk – ett för vart och ett av FN:s Agenda 2030:s Globala mål. Nio av konstverken är redan målade av kända konstnärer. De övriga åtta skapas lokalt. I det här fallet av Gävleföreningen.

– Alla var jättestolta när de fick hänga upp sina grejer.

Närmast planerar föreningen en föräldrautbildning.

– Då ska vi bjuda in kommunens socialtjänst. Många har missuppfattat vad socialtjänsten gör och tror att de tar barn. Det är vad alla har hört, säger Maram Temeiza.

De tre invandrade kvinnorna vittnar alla om hur svårt det var att få kontakt med svenskar innan de kom med i IOGT-NTO.

– Jag vågade inte försöka skaffa svenska kompisar förut. Jag trodde ett de såg ner på mig och tyckte illa om mig. Nu har jag lärt känna jättemånga. IOGT-NTO är min bästa kompis. Vi har ingen familj i Sverige så IOGT-NTO har blivit min familj, säger Lilia Hammami.

Hennes tre barn är alla födda i Sverige.

– De är 8, 6 och 4 år. Jag behöver verkligen kunna språket för att kunna hjälpa dem med läxor. Hos IOGT-NTO får

jag träna på svenska. Som invandrare behöver vi sådana här föreningar.

Hon kom till Sverige från Tunisien för tio år sedan och är van vid ideellt arbete därifrån.

– Jag var volontär i Tunisien och hjälpte kvinnor, barn och gamla. I Sverige har jag hjälpt till i Söderscouterna och i Svenska kyrkans kvinnogrupp.

Niveen Al Moubayd är nybliven ledamot i föreningens styrelse. Hon kom i kontakt med IOGT-NTO för ungefär ett år sedan.

– Det var en kompis som tipsade mig. Jag trivs jättebra i föreningen och har fått många kompisar här. Det är aktiviteter nästan varje dag. Det är roligt att vi kan göra så många olika utflykter och annat. Hela familjen har blivit engagerad.

– Mina barn längtar till aktiviteterna och frågar alltid när vi ska gå nästa gång. Åtminstone de två yngsta som är nio och tio. Den äldsta är tretton och ska börja i UNF. I somras var vi med på sommaraktiviteterna. Vi grillade och de fick rita och pyssla och prova ansiktsmålning.

Även Niveen Al Moubayd vittnar om ensamheten innan hon blev medlem.

Familjen kom från Syrien 2015.

– Vi kom först till Härnösand. Där gick jag på SFI och lärde känna många, men sedan flyttade vi till Gävle för att plugga och lärde inte känna någon förrän jag kom med i IOGT-NTO.

I Syrien arbetade hon som ingenjörsassistent inom miljöområdet, ett yrke som inte finns i Sverige.

– Kanske blir jag ingenjör. Om jag får ett jobb så börjar jag jobba, annars fortsätter jag att plugga, säger hon.

Kaffet i termosarna börjar kallna och alla är frusna. Det är dags att packa ihop för dagen.

Nästa aktivitet för föreningen är en fest som arrangeras tillsammans med Svenska kyrkan.

– Då ska kvinnor från olika länder och olika kulturer träffas och umgås i en lokal som kyrkan har. Det blir kul, säger Niveen Al Moubayd.

Att ha fest tillsammans är inget problem, trots olika religion.

– Nej, vi pratar inte religion. När vi har fest äter vi mat tillsammans, dansar och har trevligt. ☺



Philippe Günther värvar fem unga killar till Ungdomens nykterhetsförbund, UNF.



Åke Marcusson,
ordförande för
IOGT-NTO:s folk-
högskola Tollare.



Foto: Nathalie C. Andersson

Omstart för Tollare

Åke Marcusson är ny ordförande för Tollare folkhögskola. Nu ska den nya styrelsen få skolan på fötter.

Nacka Inför stämman i november meddelade Erik Wagner Sobelius att han inte ställde upp för omval, och Åke Marcusson valdes till ordförande i Tollares styrelse. Han var tidigare rektor för studieförbundet Nykterhetsrörelsens bildningsverksamhet, NBV.

Accent har tidigare skrivit om Tollares svåra ekonomiska läge. Hur känns det att ta över ordförandeskapet?

- Utmanande, och jag ser mängder med svårigheter, men det var också därför jag tackade ja till uppdraget, säger Åke Marcusson, som gillar utmaningar.
- Dels gillar jag förändringsarbetet som krävs för att få en organisation eller ett företag på fötter igen. Det har jag erfarenhet av, så där tror jag att jag har något att bidra med. Dels är det känslomässigt, Tollare är en hjärteangelägenhet.

Sedan det blev känt att han valts till ordförande har många hört av sig.

- De ringer och vill prata om Tollare, berätta om sina minnen och erfarenheter och många vill hjälpa till. Vi har också

en väldigt engagerad styrelse. Några har varit med länge medan ungefär hälften är nya. Vi konstaterade att fyra eller fem av oss tidigare varit ordförande för UNF (Ungdomens nykterhetsförbund), så det finns ett djupt engagemang för rörelsen och för Tollare.

Närmast ska en ny vision tas fram.

- En Tollarevision för vad vi vill med skolan och med området. Vi behöver ha andra aktiviteter som möjliggör att skolan ska må bra i framtiden. Men en sådan vision är större än styrelsens mandat. Där behöver vi ha med oss rörelsen.

Styrelsen har konstaterat att Tollare representerar stora värden.

- Dels ekonomiskt, men inte enbart. Det finns både materiella och andra värden. Vi måste skapa fler ben att stå på och vi måste skapa fler samarbeten med andra. Idéer saknas inte.

En ny rektor ska också rekryteras då Anna Eriksson slutade den sista november.

Eva Ekeröth

Vit jul för många barn

Junis 4 500 barn och 1 600 vuxna deltog i 230 aktiviteter landet runt. Det är resultatet av Vit jul-firandet i Junis regi. Varje jul bjuder föreningar över hela landet in till nyktra aktiviteter under jul- och nyårshelgen.

Ulrica Ambjörn

Sugen på blå hajk?

NSF Nykterhetsrörelsens scoutförbund har öppnat anmälan för flera av sommarens läger. Vad sägs till exempel om Explorer Belt Kroatien, Blå hajken, eller familjeveckorna på Mullfjället? Ansökan sker via Scouternas Scoutnet.

Ulrica Ambjörn



Foto: Angelica Oglund

Nysatsning på kompisstöd

UNF Ungdomens nykterhetsförbund har uppdaterat Kompisboken, som är en del av UNF:s kamratstödsarbete. Den har även kompletterats med en kort informationsfilm. Materialet finns tillgängligt på unf.se.

Ulrica Ambjörn



”Det är roligt när det händer något”

Medlemmen Alva Strandberg

Hur kom du i kontakt med nykterhetsrörelsen?

– Jag är född i Värnamo i Småland och mina föräldrar var nykterister. Men mamma fick inte vara med i IOGT eftersom hon serverade på Grand hotell ibland. Fast hon själv aldrig serverade någon alkohol så räckte det med att det förekom där. Pappa var nykterist så länge jag minns och han tog med mig till lokalen i Värnamo där jag fick sitta vid kakelugnen.

När blev du själv aktiv?

– När vi flyttade till Floda, då var jag elva-tolv år. Där fanns inte mycket att göra, men det fanns en IOGT-förening som jag anslöt mig till. Då var det ingen annan i familjen som var aktiv. Sen blev jag mer aktiv när jag flyttade till Göteborg, men jag har alltid varit engagerad och tyckt att det varit roligt att hålla på med grejer.

Vad är det för grejer du sysslat med under åren?

– Allt möjligt. Vi har haft mycket saker för oss med studiecirklar och utflykter. Jag tycker att det är roligt när det händer någonting. Vi har ordnat bussresor varje år och träffat många positiva människor. Jag har varit aktiv i det mesta och har varit på alla kongresser utom två under de här åren. Jag tror att vi känner människor i vartenda distrikt vid det här laget. Östen och jag har varit aktiva i hela våra liv, vi har sett till att det händer saker.

Text: Jens Wingren Foto: Marie de Verdier

Född: I Värnamo 1939. **Bor:** Alingsås. **Gör:** Pensionär, ordförande i Unga viljor, som driver Röda stugan i Floda. **Make:** Östen, som hon träffade på kongressen i Göteborg 1959. ”Han kom ifrån Luleå, farandes med en skolbuss som de hade lånat.”



Foto: Pressbild

Hallå där
Johanna Davén

- 1 Du är sedan årsskiftet generalsekreterare för IOGT-NTO-rörelsen ideell förening, INRIF, och chef för internationella avdelningen. Vem är du?**
– Jag kommer från Örebro och har jobbat större delen av mitt arbetsliv i folkrörelser och mycket internationellt, bland annat i Sydafrika. Jag är en ganska positiv och lösningsfokuserad person – det mesta brukar lösa sig på något sätt.
- 2 Vilka tidigare erfarenheter tar du med dig in i uppdraget?**
– Jag har sett alkoholens påverkan i mitt tidigare arbete, men då främst jobbat med konsekvenserna, även om orsakerna till problem ofta rotat sig i alkoholen. Jag är van av att leda många medarbetare, även på distans. Många säger att jag är en kreativ idéspruta.

- 3 Vad är din relation till nykterhetsrörelsen?**
– Jag har under olika perioder i livet varit nykterist, men inte medlem. Jag har aldrig varit någon storkonsument av alkohol så det var inte ett stort steg för mig att bli medlem. Jag har tidigare jobbat för Evangeliska frikyrkan. Där är man inte nödvändigtvis nykterist, men där finns en förståelse för hur alkohol påverkar negativt. Nu vill vi öka farten i det internationella arbetet och implementera den globala strategin som antogs förra året.

Jens Wingren

Spelförslag välkomnas

Regeringen har nu överlämnat förslaget om skärpta regler för spelmarknaden till Lagrådet.

Spelpolitik – Vi tror att det kommer att stärka folkhälsoskyddet på spelmarknaden. Det är bra att regeringen riktar insatser att begränsa det olicensierade spelet, samt att begränsa marknadsföringen för högriskspel, kommenterar Emil Juslin, politisk sekreterare IOGT-NTO.

Har regeringen tagit till sig den ideella sektorns synpunkter i remissrundan?

– Till stor del, det är bra att regeringen både bekräftar de allmännyttiga lotterier- nas centrala roll för ett levande civilsamhälle och föreningsliv – och noterar att deras verksamhet inte går att jämföra med de kommersiella aktörerna, säger Emil Juslin och fortsätter:

– Men vi hade gärna sett att regeringen vidare belyst denna skillnad i det presenterade förslaget.

IOGT-NTO hade också önskat att regeringen gick längre i att begränsa kommersiellt högriskspel.

– Till exempel genom att införa ett marknadsföringsförbud på dagtid för kommersiella aktörer som till exempel online-casinon.

– Nu är det viktigt att regeringen fortsätter lyfta spel frågan som en folkhälsofråga. För att uppnå detta är det nödvändigt att en ny ANDTS-strategi antas som just lyfter in ”s-et” och därmed garanterar att frågan prioriteras på lång sikt.

Ulrica Ambjörn

Regeringens förslag

► **Krav på tillstånd för spelprogramvara för att få kontroll över programvaruutvecklingen och stänga ute olicensierat spel.**

► **Förbud mot att främja olovligt spel och ett utökat reklamförbud för olicensierat spel för att öka möjligheterna att hindra illegal spelverksamhet.**

► **Ett justerat krav på måttfullhet vid marknadsföring av spel för att skydda barn och ungdomar samt personer med spelproblem från marknadsföring av riskfyllda spelformer.**

► **Skyldighet för licens- och tillståndshavare att lämna uppgifter i syfte att öka möjligheterna att följa utvecklingen på spelmarknaden.**

► **De flesta ändringarna föreslås träda i kraft den 1 januari 2023.**



Foto: Jens Wingren

Tjugondag Knutfirande, 13 januari, kl 12:30
Föreningen Unga viljor firade med grötlunch i sin lokal Röda stugan utanför Floda i Västergötland.

Personnytt

På nytt uppdrag Ponthus Jessmor är ny förbundsordförande för Nykterhetsrörelsens scoutförbund, NSF. Åke Marcusson är ny ordförande i IOGT-NTO:s folkhögskola Tollares styrelse.

Utmärkelser IOGT-NTO Regnbåge i Rosengård har tilldelats utmärkelser Årets Våra gårdar-lokal 2021. Pierre Andersson, policyrådgivare IOGT-NTO, har prisats av Carnegieinstitutet för en rapport om narkotika i Portugal.

80 år fyller Våra gårdar i år. Det kommer att firas i Norrköping den 13–15 maj.



Foto: Istockphoto



Foto: Jens Wingren

Pierre Andersson prisas för narkotikarapport om Portugal

Avkriminalisering Svenska Carnegieinstitutet prisar Pierre Andersson, IOGT-NTO:s internationella avdelning, för hans rapport om Portugals avkriminalisering av narkotika. Rapporten gjordes på uppdrag av Narkotikapolitiskt center, NPC.

Vad tycker du är det viktigaste med rapporten?

– För det första att vi gjorde en hyfsat nutida sammanställning av situationen i Portugal. Det finns mycket skrivet där-

ifrån, men nästan ingenting efter 2011–2012. Våra data är från 2017, vilket gör att man får ett längre perspektiv.

– För det andra att vi kunnat slå hål på ett antal felaktigheter och myter. I debatten sägs det ofta att när Portugal avkriminaliserade eget bruk halverades antalet dödsfall. I själva verket dör det lika många nu som tidigare. Men direkt efteråt stämmer det att dödligheten gick ner rejält. Det beror sannolikt på

att man satsade så mycket på vården samtidigt som man avkriminaliserade.

Vad kan Sverige lära av Portugal?

– Där verkar det finnas god samordning mellan olika delar av vården, och tillgången på vård är god. Här i Sverige hör jag om många som nekas vård. Det verkar så lätt att ramla mellan stolarna här.

– Portugal visar också att det är möjligt att ha olika påföljder för eget bruk. Perso-

ner med beroende slussas till vård medan andra får böter. Något sådant borde vi kunna införa även i Sverige.

Eva Ekeröth



Foto: Carnegieinstitutet

Junisar mötte kronprinsessparet

”Nyfikna och engagerade”, säger Junis förbundsordförande Mona Örjes om mötet.

Junis Hur kom det sig då att Junis träffade kronprinsessan Victoria och prins Daniel?
– Junis Umeå har under 2021 fått pengar från Kronprinsessparets stiftelse, och Junisförbundet får pengar för att under 2022 utveckla Junis sport i Jämtland och Östergötland. Därför var kronprinsessparet nyfikna på vad Junis är för organisation, och ville veta mer om oss.

Utöver förbundsordförande Mona Örjes och generalsekreterare Joakim Lundqvist, deltog tre personer från Junis Umeås verksamhet: Jörgen Törngren, avgående verksamhetsledare, Karim Kashef, 12 år och medlem i Junis Umeå, och Hanane Dahmane, mamma till Junismedlemmar och ny ledare i verksamheten.
– Vi började med en presentationsrunda och kollade på en kort film om Junis verksamhet. Sedan berättade vi om vad Junis är för organisation, vad vi gör och vad vi står för, självklart kryddad med berättelser om hur det är att vara barn och ledare hos oss.

De pratade även alkoholnorm och Vit jul.
– Kronprinsessparet var nyfikna och engagerade, och ställde många frågor, inte minst till Karim och Hanane.
– Det kändes förstås lite pirrigt att möta kronprinsessparet, men väldigt roligt att få prata om något som vi är så otroligt stolta över: vilken stor skillnad det gör för barn att få komma till Junis!

Ulrica Ambjörn



Joakim Lundqvist och Mona Örjes var taggade inför mötet.



Foto: NBV

100 minibibliotek ska ge läsandet vingar

NBV Nykterhetsrörelsens studieförbund NBV vill sätta fart på läsandet och idéutbytena. Därför startar de hundra minibibliotek fyllda med 8 000 böcker, utplacerade från Abisko i norr till Smygehuk i söder.

– Om du har en bok hemma du inte kommer läsa igen, stoppa in den i något av våra minibibliotek så får den vingar, säger Andrea Lavesson, NBV.

Ulrica Ambjörn

7300

medlemmar. Det har IOGT-NOT-rörelsens barnorganisation Junis. Junis ordnar fritidsaktiviteter i hela landet, där barnen själva får vara med och bestämma.

Källa: Junis

Nu kan lotten skannas

Miljonlotteriet Nu lanserar IOGT-NTO:s lotteri en app som genom att skanna in QR-koder ska underlätta registreringen av lotter. Via mobiltelefonens kamera kan lotter läsas in och lottköparen får direkt besked om eventuell vinst.

Från och med nu behöver kunderna alltså inte skriva in ett lottnummer manuellt.

Ulrica Ambjörn



”En upplevelse för livet”



Foto: Simone Syverisson

IOGT-NTO-medlemmen Monika Lindberg Puhakka är en av deltagarna i konstnären Lars Lerins uppmärksammade TV-serie *Vägen ut*.

Monika Lindberg Puhakka, medlem i lokalföreningen Ägir i Karlstad, är en av deltagarna på den månadslånga resan som Lars Lerin och hans man Junior Marques Lerin gör med åtta vänner i svr-serien *Vägen ut*. Gemensamt för vännerna är att de alla tagit sig ur ett skadligt bruk av alkohol och/eller andra droger.

Monika Lindberg Puhakka hoppas att serien ska öka förståelsen för beroendesjukdom.

Hur kommer det sig att du är med?

– Det beror ju på att jag har en beroendesjukdom. Lars och jag gjorde behandling ihop. Vi var på samma tolvstegsbe-

handling. Så Lars har funnits med på hela min nyktra resa. Egentligen skulle vi åkt till Lofoten, men pandemin satte stopp.

Hur var resan?

– Väldigt spännande. Naturen på Höga kusten var otrolig. Sedan var det väldigt intensivt och massor med känslor, men också väldigt roligt. Vi fick göra roliga saker och besöka spännande platser som jag nog inte skulle kommit till annars. Det var en upplevelse för livet

Vad gav det dig att vara med?

– Jag har varit nykter i tjugo år och har jobbat så mycket med mig själv så någon terapi var det inte fråga om för min del. Däremot hoppas jag att serien kan ge bättre förståelse för missbruk, att det är

en sjukdom och inte bristande moral. Jag tycker att programmen får fram det.

Många har hört av sig efter att ha sett serien.

– En kompis som känt mig i fyrtio år, och som fortfarande missbrukar, ringde och sa att det högg till i hans bröst när han såg mig. Det fick honom att fundera på om det inte var dags att lägga av för honom också. En annan, som har slutat, berättade att folk ringer till honom och säger att de förstår honom bättre nu.

Inte bara de som har erfarenhet av eget beroende har hört av sig.

– Två jag känner, som jobbar som behandlare, har sagt att serien är det bästa de sett om beroende. Så programmet har givit stora ringar på vattnet. Då tycker jag att vi har lyckats.

Anledningarna att någon blir beroende kan vara olika säger Monika Lindberg Puhakka.

– Man måste ju gilla effekten, men det kan också vara känslan av att slippa ifrån något, eller så är det bara en livsstil som gör att man fastnar.

För att beroende ska utvecklas krävs förstås att man testar.

– Den som varit med i IOGT-NTO hela livet kan ju bära på samma sjukdom, men det kommer ju aldrig fram. Jag hoppas att många medlemmar ser serien. Det tror jag skulle kunna föra oss närmare varandra.

Eva Ekeröth



Foto: Hampus Bleckberg

Deltagarna målade sina känslor under resan.

Garanterat vitt julfirande

För snart 30 år sedan föddes idén till Ungdomens nykterhetsförbunds julkurs. En upplevelse utöver det vanliga som har blivit en uppskattad tradition.

TEXT Jens Wingren FOTO Luke Jarmey, Warawat Saibua

Det var ett gäng UNF:are som alla var barn till missbrukare och som upptäckt styrkan i att ha någon att berätta sina hemligheter för.

– Vi insåg att vi borde göra någonting över jul eftersom vi alla hade upplevt hemska jular. Men det var svårt att hitta aktiviteter kring jul så vi bestämde oss för att göra något själva, säger Björn Lanefelt, lärare på Wendelsberg som var en del av det ursprungliga gänget på julkursen.

Resultatet blev en skidkurs i franska Alperna. Kursen var den perfekta ursäkten för att slippa julen hemma, utan att behöva konfrontera sina föräldrars alkoholvanor. Inför resan hade arrangörsgrup-

pen arbetat med ett kursmaterial som hette *Kompisar som förstår*, för att kunna arbeta mer med kamratstöd till personer med missbruksproblematik, anhöriga och tillfrisknande.

Tanken är att skapa en så trygg miljö som möjligt under kursen. Genom att gå i skidskola, fira jul tillsammans och föra samtal i mindre grupper skapas en tillit som gör att deltagare kan öppna upp om sin situation, sina tankar och känslor.

– Det gör att man vågar berätta hemligheter för varandra. Vi tror på att ha en mix av deltagare med bakgrund i missbruk eller anhörigskap, och deltagare som inte har det, säger Björn Lanefelt.



Sedan några år tillbaka är det även möjligt för vuxna att följa med på julkursen. De vuxna går en medberoendekurs under resan medan de unga fokuserar på kamratstöd.

– Vi insåg att det fanns ett behov. Det fanns föräldrar som ville kunna följa med sitt barn och ju fler nyktra som är med desto mer trygghet under resan.

Att den ursprungliga idén var att komma bort från föräldrar under julen ser inte Björn Lanefelt som ett hinder för föräldrar att kunna följa med.

– Vi ser det som en styrka att de unga får umgås med vuxna som fungerar. Många medlemmar vill fira en jul utan alkohol, och julresan gör dessutom julen lättare för den som är ensamstående, säger han.

Julresan har genom åren för det mesta innehållit skidåkning, om än inte alltid.

– När man gör saker tillsammans, som att lära sig åka skidor, känner man sig tryggare tillsammans, växer och mår bättre. Det är jättemånga som åkt med oss som aldrig stått på ett par skidor tidigare. Då får du en otrolig utveckling när du efter några dagar kan åka själv.

Men oavsett fysiska aktiviteter finns

”För många av oss är det viktigt att få fira en vit jul tillsammans. Det är rätt magiskt.”

Björn Lanefelt

några fasta hållpunkter under kursen.

– Vi har alltid ett öppet tolvstegsmöte under veckan. På julafton läser vi högt ur Karl-Bertil Jonssons jul, och så har vi en julceremoni där vi tänder ett ljus och tänker på alla som inte är där med oss, säger Björn Lanefelt.

2021 års resa gick precis som den första till skidorten Chamonix i Frankrike. Totalt deltog ett tjugotal UNF:are och 16 vuxna som satte sig på bussen för transport till Alperna.

– Det var väldigt speciellt eftersom

resan ägde rum mitt under en pandemi. Men vi följde regler och restriktioner och tack vare det blev gruppen som åkte också lite tajtare.

Pandemin bidrog också till att skidorten var tommare än vanligt.

– Det var i stort sett inga andra gäster på hotellet, vilket gav oss mer utrymme.

På grund av pandemin valde de också att ha färre aktiviteter i helgrupp, och när de väl sågs i större grupper skedde det huvudsakligen utomhus.

– Året innan ställde vi ju in eftersom vi avrådde från resor. Det är en balansgång hela tiden om man ska åka eller inte. Men för många av oss är det viktigt att få fira en vit jul tillsammans.

Björn Lanefelt har tappat räkningen på hur många julresor han varit med på, men tror att det handlar om 18-20 stycken. Numera deltar han med både barn och barnbarn.

– Det är otroligt att det fortfarande fungerar efter så många år. Idag är det människor i alla åldrar, från Otto på tio månader till Krister på sextiofyra år som åker med, pratar om medberoende med varandra och firar jul. Det är rätt magiskt. ✖



Björn Lanefelt har varit med sedan starten och deltog i den allra första julresan för nästan 30 år sedan, även den gick till Chamonix.



Axel Vigren och Sofia Nefzi.



Eden Taheri och Ali Alshihan.



Bekämpa drogindustrin med engagemang

Immars 2020 införde guvernören i den amerikanska delstaten Colorado en lockdown för att stävja smittspridningen. Skolor, arbetsplatser, affärer, parker och restauranger stängdes. De enda verksamheter som fredades var de som bedömdes vara essentiella, som matbutiker och apotek. Och cannabis- och alkoholbutiker såklart. De ansågs vara viktigare att hålla öppna än skolorna.

Det är naturligtvis ingen slump att just cannabis- och alkoholindustrins affärer fick hålla öppet. När cannabis legaliserades i Colorado 2012 var argumentet att cannabisförsäljningen skulle regleras hårt och beskattas ordentligt. Tio år efter legaliseringen låter det annorlunda. Nu ropas det högljutt om att minska regleringen och sänka skatterna.

En ny maktspelare har etablerat sig i USA genom cannabisindustrin. Argumenten känns igen från kumpanerna i alkoholindustrin. Alla former av reglering och kontroll ses som hot och motarbetas. Läget är så illa att till och med Drug Policy Alliance (en av de ledande legaliseringsorganisationerna) i fjol gick ut och varnade för industrilobbyisterna, när de insett vilka dammluckor de bidragit till att öppna.

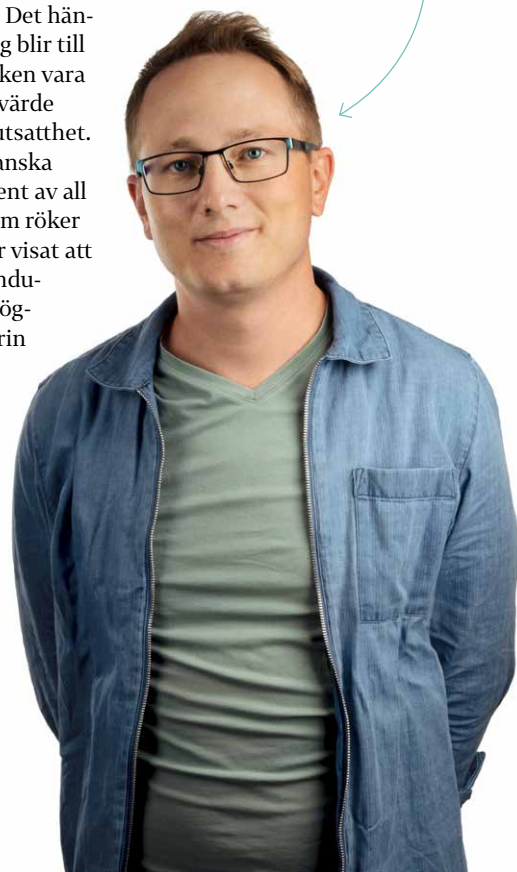
För oss i IOGT-NTO är det här tyvärr inget nytt. I över 140 år har vi tampats

med en skrupelfri alkoholindustri. Den amerikanska statsvetaren Mark Lawrence Schrad som forskat om alkoholpolitikens historia sammanfattar nykterhetsrörelsen så här: "Ett globalt nätverk av aktivister och politiker som kämpar, inte mot moralisk synd, utan mot ekonomisk exploatering." Det händer nämligen något när en drog blir till en produkt. En drog är inte vilken vara som helst. Det är en vara vars värde finns att hämta i människors utsatthet.

Australiensiska och amerikanska studier visar att drygt 80 procent av all cannabis konsumeras av de som röker dagligen. En brittisk studie har visat att nästan 70 procent av alkoholindustrins intäkter kommer från högriskkonsumenter. Drogindustrin tjänar mest på de människor som skadas mest.

I drogindustriernas framfart är det alltid den enskilde människan som får bära konsekvenserna. Strävan efter en nyktrare värld handlar om att stå upp för den lilla människan mot en skrupelfri drogindustri. Det är bara tillsammans som vi kan bryta deras inflytande.

Lucas Nilsson



"Strävan efter en nyktrare värld handlar om att stå upp för den lilla människan mot en skrupelfri drogindustri."

Lucas väljer



IOGT-NTO:s barnförbund Junis som lanserat en kunskapsportal för vuxna som kommer i kontakt med barn med missbruk i hemmet: Vuxna som vet.



Branschorganisationen Visita som pådyvlar politiker att det är genom mildare alkohollagar och ökad alkoholförsäljning som vi "räddar jobben".



Se gärna TV-serien **Dopesick** som berättar gripande om hur den amerikanska opioidkrisen fick sin början. En tragedi som fortsätter att skörda liv.



FÖLJ LUCAS
Facebook: facebook.com/iogtntoFO/
Instagram: @luc.nil

STIPENDIER OCH VERKSAMHETSBIDRAG ATT SÖKA



Medlemmar och verksamheter inom IOGT-NTO-rörelsen har varje år möjlighet att söka stipendier och verksamhetsstöd från ett antal olika stiftelser och fonder.

Som **medlem** kan du bland annat söka stipendier för studier, idéutveckling och entreprenörskap.

Som **förening eller annan verksamhet** kan ni bland annat söka verksamhetsbidrag för inköp eller upprustning av lokaler, ungdomsverksamhet och annan verksamhet som bedrivs inom IOGT-NTO-rörelsen.

Sista dagen att söka är 31 mars 2022

Läs allt om de olika fonderna här:
iogt.se/medlemssidor/stipendier-och-fonder



Socialt forum 2022

Helgen för dig som brinner för IOGT-NTO:s sociala arbete
6-8 maj på Hjälmgården utanför Vingåker

Upplevelser. Känsla. Gemenskap. Föreläsningar. Kreativitet. God mat. Skratt. Kamratstöd. Häng med nya och gamla vänner. Insikter. Förståelse. Fika. Utmaningar. Idéutbyte. Nätverkande. Pirrigt. Glasskiosk. Spännande seminarier. Knytkonferens. Kurspass.

Läs mer och anmäl dig på
iogt.se/medlemssidor/kurser/socialt-forum



Självklart följer vi rådande restriktioner. Arrangemanget kan ställas in om smittläget förvärras.

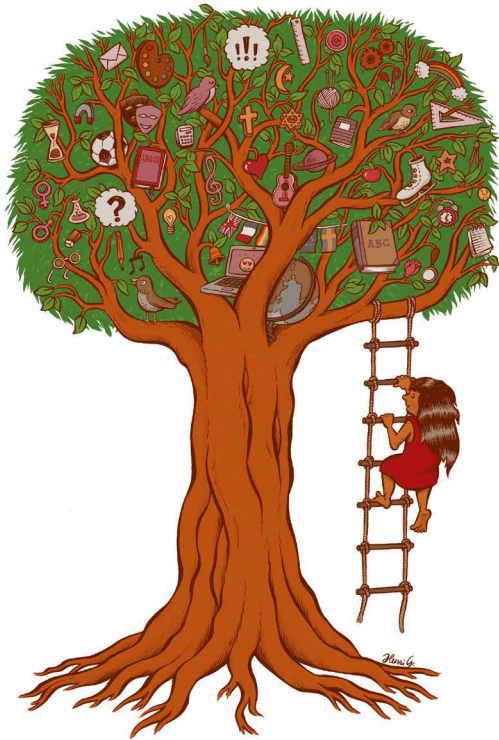
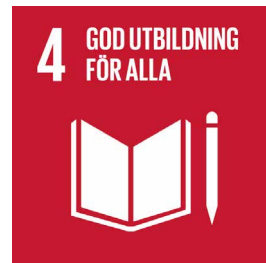
JUST NU



Samarbete med MÄN

Under mars månad bjuder IOGT-NTO i samarbete med organisationen MÄN (tidigare Män för jämställdhet) in till ett högaktuellt seminarium. Temat är alkohol och maskulinitet och fokus ligger på begränsande normer. Seminariet arrangeras i form av ett panelsamtal, där bland annat MÄN:s ordförande Shahab Ahmadian (bilden) deltar, och sänds på Facebook för att så många som möjligt ska kunna ta del av det.

I skrivande stund är inte det exakta datumet spikat, så för att vara säker på att inte missa eventet är våra hetaste tips till dig att 1) logga in på Mina sidor och säkerställ att vi har din mejladress, och 2) följa IOGT-NTO i sociala medier! iogt.se/medlemssidor/till-mina-sidor

GLOBALA MÅLEN
för hållbar utveckling

Vi skapar framtiden – igen!

Efter höstens succé med den rörelsegemensamma interaktiva konstutställningen ”Vi skapar framtiden” ser vi fram emot en ny omgång med utställningar efter sommaren. Utställningen har som syfte att på ett roligt sätt sprida kunskap och engagemang om Agenda 2030 och de Globala målen i allmänhet och alkoholkopplingen till dessa i synnerhet.

Visste du att insatser som förebygger alkoholproblem bidrar till förverkligandet av hela 14 av de 17 Globala målen? Det vågar vi nästan lova att merparten av utställningsbesökarna inte känner till – tänk vilken suverän folkbildningsmöjlighet!

Etablerade konstnärer varvas med lokala förmågor. Evenemangen är ett perfekt tillfälle att bjuda in lokalmedia till föreningsens lokaler, och att knyta närmare band med föreningar och kårer inom UNF, Junis och NSF.

”Vi skapar framtiden” är ett samarbete mellan IOGT-NTO-rörelsen, Våra Gårdar och Nykterhetsrörelsens bildningsverksamhet (NBV). Förra året arrangerades över 50 utställningar runt om i landet! Kan vi slå det i år? Håll ögonen öppna för mer information om utställningen, för att inte missa chansen att anmäla just din förening.

Bild: Henri Gylanders tolkning av mål 4

VARFÖR NY WEBBSHOP?

Först och främst för att förenkla för dig som medlem! Det ska vara lätt och kul att beställa det du behöver (och ”villhöver”). Sedan ger det också möjlighet att utveckla ett roligare och mer dynamiskt utbud. Varmt välkommen in!

iogt.se/medlemssidor/webbshop-for-medlemmar
iogt.se/medlemssidor



KALENDARIUM

FEBRUARI

28

Föreningsårsmöten
Sista dag för föreningar genomföra sitt årsmöte.

MARS

31

Stipendier och fonder
Sista dagen att ansöka om stipendier och verksamhetsbidrag från IOGT-NTO:s fonder.

APRIL

15

Distriktsårsmöte
Sista dag för distrikten att genomföra sitt årsmöte.

30

Årsrapportera!
Sista dag för föreningar och distrikt att skicka in årsrapport till förbundet.

MAJ

6

Socialt forum
Helgen för dig som brinner för IOGT-NTO:s sociala arbete. Årets Socialt forum hålls 6–8 maj på Hjälmarginen utanför Vingåker.

23

Folknykterhetens vecka (FNV)
Vecka 21 är Folknykterhetens vecka, och som vanligt kommer IOGT-NTO-landet att sjunga av aktivitet.

26

Folknykterhetens dag (FND)
Folknykterhetens dag (FND).



Hela kalendariet finns på iogt.se/medlemssidor/overblick-foreningsaret

”Vi vill stärka samhällen
som kämpar mot våld
orsakat av alkohol.”

Johanna Davén, nytitträd generalsekreterare för IOGT-NTO-rörelsen

EFTERLYSNING: E-POSTADRESSER!

Varje månad skickar IOGT-NTO ut ett inspirerande medlemsmejl – men bara till halva medlemsskaran. Och så kan vi ju inte ha det! Logga in bums på Mina sidor och dubbelkolla att vi har rätt mejladress till just dig.

iogt.se/medlemssidor/till-mina-sidor/



HÅLL KONTAKT



Huvudkontor

Besöksadress:
Gammelgårdsvägen 38
Stora Essingen

Postadress:
Box 12825
112 97 Stockholm
Faktureringsadress:
102 24 Stockholm
iogtnto@centsoft.se

Leveransadress:
Gammelgårdsvägen 42
112 64 Stockholm

Telefon: 08-672 60 00
E-post: info@iogt.se
E-post Medlemsservice:
medlemsservice@iogt.se

Har vi rätt e-post-
adress till dig?

Nu kan du som har Bank ID själv logga in i vårt medlemsregister och se din medlemsperiod, dina värvningar, uppdatera dina kontaktuppgifter mm. All information finns här: iogt.se/medlemssidor/till-mina-sidor

Följ oss
i sociala medier

facebook.com/iogtnto
Instagram: @iogtnto



Wendelsbergsdagarna



21 - 24 juni 2022
på IOGT-NTO:s folkhögskola Wendelsberg



I Wendelsbergs magiska miljö ger vi plats för sommarens umgänge och upplevelser för familjer, unga och äldre. Närheten till Göteborg ger tillgång till ett gränslöst antal sevärdheter och upplevelser. Passa på att träffa gamla och nya kamrater på ett Wendelsberg klätt i sommarskrud! Program efter behov och intresse. Vi toppar med NSF:s makalösa midsommarfirande i den vackra Wendelsbergsparken.

Information och anmälan på www.wendelsberg.se