

# Det Hvite Bånd

– en rusfri verden



«For Gud, heim og alle folk»

106. årgang nr. 5/6 2017



**HUSK:  
FAS DAG  
09.09 KL. 09.09**

**BARN OG UNGE  
MED MEDFØDTE  
ALKOHOLSKADER,  
FAS/FASD. - BLIR DE  
SETT OG FORSTÅTT  
AV PPT OG SKOLE?**

**MEDFØDTE ALKOHOLSKADER  
KAN FOREBYGGES 100%**

**ved å IKKE drikke alkohol under svangerskap!**



## Det Hvite Bånd

«For Gud, heim og alle folk»



**UTGIVER:** Det Hvite Bånd  
Landskontoret: Torggt. 1, 0181 OSLO  
Giro: 7874.06.24252  
Org.nr.: 971 422 025  
hjemmeside: www.hviteband.no

**LANDSKONTOR** (telefontid 10.00–14.00):  
Kontorsekretær Eli Kjønsgberg Tlf. 23 21 45 37  
E-post: DHBsek@actis.no  
Regnskapsek./medl.iste Eva U. Trobe Tlf. 23 21 45 36  
E-post: DHBkontor@actis.no

**REGNSKAP:**  
Katrine Isaksen. Tlf. 23 21 45 12  
E-post: katrine@actis.no

**HOVEDANSVARLIG REDAKTØR:**  
Margaret Østenstad, mob: 473 99 402  
Medarbeider: Brita Nilssen  
**Håndskrevet stoff sendes til Landskontoret**  
**Annet stoff sendes margaretostenstad45@gmail.com**

**PRODUKSJON:** Poppcorn design  
Opplag: 2 000  
Medlemskontingent kr 200,- pr. år.



## Innhold

Landsleder hilsen.....	3
Avd. Familiel .....	4-5
Riisby .....	6
Riisby .....	7
Riisby .....	8
Minneord.....	9
Preken av Irjan Eskelinin, Finland .....	10-11
Artikkel: FAS/FASD: Medfødte alkoholskader .....	12-15
Fra Verdens Kongress: Artikkel av Dr. Peter Landless .....	12-15
Barneleir 2017 .....	16
Barnesider 6-12 år .....	17-21
Ungdom over 13 år .....	22-24
Samarbeidspartnere .....	25
Avd. Utdanning.....	26
Avd. Bibiel og bønn.....	27
Avd. Sosial .....	28-29
Innmelding til Landsmøte 2017 .....	30
Foreløbig program til Landsmøte 2017 .....	31
Verdens tobakkfrie dag: Rapport fra Joy Butler .....	32-33
Krets og foreninger .....	34-35
Hilsen fra Landskontor.....	36
Gaver og nye medlemmer .....	37
Innmeldingsskjemaer .....	38
Landsmøte: Hvordan komme til Sandefjord .....	39



**Frist til neste blad 1. oktober 2017**



**LANDSLEDER**  
**Margaret Østenstad**  
Ryggehaugvegen 13, 4265 HÅVIK  
tlf. 52 84 29 93/473 99 402  
E-post: margaretostenstad45@gmail.com  
Leder for Internasjonalt Utvalg



**NESTLEDER**  
**Helga K. Ingebrigtsen**  
tlf. 47 29 89 03



**BARN OG JUNIORLEDER**  
**Oddrun Småbrekke**  
tlf. 47 44 13 95  
e-mail: oddrun\_lars@yahoo.no



**LANDSSTYREMEDLEMMER**  
**Aud Karin Førlund** (Kasserer)  
tlf. 52 71 23 62, mob. 413 37 043  
e-mail: audkf@broadpark.no



**Anne Marie Rønningen**  
tlf. 908 34 681  
e-mail: amaronni@sfjbb.net



**Arnbjørn E. Løtveit**  
tlf. 452 56 387



**Maria S. Moe**  
tlf. 993 83 859



**May Britt Røyrvik**  
**Avd. leder: Bibel og bønn**  
Mob.



**Brita Nilssen**  
**Avd. leder: Familie**  
tlf. 988 02 392  
e-mail: britanilssen@hotmail.com



**Aud Bodil Brekka**  
**Avd. leder: Sosial**  
tlf. 359 89 450  
mob. 418 46 499



**Torgunn Søyland Skoglund**  
**Avd. leder: Utdanning**  
tlf. 48 19 70 45  
e-mail: torgunnskoglund@live.no

*I alle ting, gi Gud ære og takk for hans  
uendelige kjærlighet til  
alle mennesker...*

## Landsleders hilsen



## Kjære alle!

*Når jeg ser tilbake over de siste åtte årene står en ting klart for meg  
- "helheten er mye større enn summen av dens deler!"*

*Det som gjør oss så unike er ikke hvor mange seire eller feilgrep vi kan registre  
- det er viktig for oss å følge med i tiden og gjøre de forandringer nødvendig;  
for eksempel finne ut hva som interesserer dagens yngre kvinner. Men for meg er  
det noe annet som virkelig skiller oss ut.... Det er folket vårt eller viktigere,  
den ånd som vi samarbeider i.*

Jeg har mottatt offisiell bekreftelse på at tre avholdsbevegelser er blitt nominert til Nobels Fredspris for 2017. Det Internasjonale Hvite Bånd, Det Internasjonale IOGT og Det Internasjonale Blå Kors (IBC). **EN STOR ÆRE!**

En norsk pensjonert Pastor, Haakon F. Meyer har arbeidet utrettelig i mange år for å få den internasjonale Avholds og Edruskaps bevegelsen nominert til Nobels Fredspris.

### FØLGENDE SITAT ER ÅPNINGS- AVSNITTET TIL NOMINASJONS- TEKSTEN:

"I november 2015 vedtok 193 medlemsland FN's nye bærekraftsmål. Disse er referansemål for suksess i global utvikling fram til 2030. For å oppnå bærekraft tror vi verdenssamfunnet vil også finne lettere løsninger mot verdens fred. Skader forårsaket av alkohol og narkotikabruk påvirker mange av bærekraft-målene. Å innføre forbyggende tiltak og effektiv narkotika-politikk globalt, vil være viktige skritt mot å nå disse viktige målene." Bare det å bli nominert, løfter vår

profil og vi har all grunn til å være stolt av lojaliteten vi har til våre tidligere ledes handlinger, de standpunkt og holdninger som de tok. De hadde et bredt grunnlag for avholdsarbeid og vi må gjøre som de gjorde og utvide våre horisonter for å inkludere alle former for fysisk eller psykologisk angrep som sverter kvinners verdighet over hele verden.

Jeg gleder meg til å møte mange av dere på Landsmøtet i Sandefjord. Dette vil være min siste hilsen i bladet som landsleder, men jeg fortsetter som redaktør av bladet.

Den neste utgaven vil ha en artikkel om vold i hjemmet som også tar opp kvinnelig kjønnslemlestelse. Sistnevnte synes å være et emne som menn har vanskelig å forholde seg til, vanskelig å ta opp, mulig de bare føler ubehag. Norge er klar over at unge jenter blir tatt ut av landet for å gjennomgå rituell kvinnelig omskjæring og har gjort tiltak for å stoppe dette. Gjør det du kan for at samfunnet skal bli oppmerksom på dette ødeleggende problemet. Vær ikke redd for å si din mening når

og hvor anledningen er der. Det er mange interessante artikler i Det Hvite Bånd bladet og jeg ønsker at du bruker disse i den daglige kontakten du har med mennesker gjennom alle de media som en har til rådighet. Det er svært viktig at vi får ut budskapet og vi har aldri hatt så mange forskjellige måter til å kommuniserer på.

I alle ting, gi Gud ære og takk for Hans uendelige kjærlighet til alle mennesker. Gjør du ditt så vil Han gjøre resten.

Kjærlig hilsen  
Margaret



Verdensstyremøte  
i Seoul, Sør-Korea 3.-7. mai





## Avd. Familie

Brita Nilssen

Barna kommer tilbake til sine venner og skolekamerater, noen fulle av ferieminner og sprekkeferdige etter å fortelle om alt de har opplevd på spennede reisemål.

Andre har grudd seg hele sommerferien for å måtte "stå til rette" overfor vennene og må fortelle at de har "BARE vert på hytta" eller enda verre, "BARE hjemme."

**SOMMERFERIEN ER OVER FOR DE FLESTE AV OSS, HVERDAGEN MED SKOLE OG JOBB HAR STARTET FOR FULLT.**

I DAGEN av 12. juni 2017, skriver foreldreblogger Marte Frimand-Anda om skammen barna føler og presset foreldrene er under når de ikke kan reise på Sydenturer i ferien. Hun mener det viktigste for barna er at foreldrene har tid til å være sammen med dem, tid TIL Å GJØRE NOE sammen. Kristin Oudmayer, forfatter og fagansvarlig i UNICEF mener foreldrenes holdninger er viktige.

Frelsesarmeen og Blå Kors har lange ventelister på sine leirer de arrangerer. Barna som kommer dit hadde ikke hatt mulighet til å dra på ferie i det hele tatt, skriver Dagen, 14. juni i år.

Kanskje det hadde vært en ide at vi i Det Hvite Bånd kunne legge ut en liste med personer som er villig til og leige ut en hytte, hus eller hjem GRATIS, til de familier som absolutt ikke har mulighet for å reise på ferie.

Hilsen Brita Nilssen



**FERIE:** Forfatter og samfunnsdebattant Kristin Oudmayer ønsker et sterkere søkelys på samvær fremfor reisemål i ferien.

Tor-Helge Gundersen | tor-helge.gundersen@dagen.no

# Barn skammer seg over hjemmeferie

Om kort tid starter skoleferien, og mange barn og unge kjenner på presset om å kunne fortelle at ferden gjerne går til europeiske storbyer og Syden-destinasjoner. Men for en hel del familier er ønske om slike reisemål helt umulig å oppfylle. Noen må kanskje «bare» nøye seg med hyttetur eller besøk hos familie og venner. For andre barn er det å reise på ferie en fjern drøm. Fagansvarlig Kristin Oudmayer i UNICEF Norge, og forfatter av flere bøker om mobbing, sier at mange barn kjenner på feriepesset. Ofte mer enn hva mange voksne er klar over.

### OPPTAR BARN

Jeg har overhørt samtaler mellom barn og unge der det kommer fram at det å reise på hytta ikke er en skikkelig ferie. Kravet er gjerne at ferden skal gå til utlandet. Dermed reduseres betydningen av det som for mange er en helt vanlig ferie, sier Oudmayer til Dagen.

Hun legger til at dette presset i særlig grad rammer barn fra sårbare familier som av ulike årsaker ikke har mulighet til å reise noe slett i sommermånedene. Barn sammenligner seg med andre. Det kan være en vond opplevelse når en er tilbake på skolen uten å ha noe å fortelle fra ferien.

– Dette er barn som bekymrer seg og gruer seg til ferien. Det gjelder særlig de som ikke har det så

### NORDMENNENS FERIEPLANER 2017

#### Fakta

Hovedorganisasjonen Virkes befolkningsundersøkelse, Reisespulen, viser at fire av fem nordmenn planlegger sommerferie. De planlegger å bruke mer penger enn i fjor.

57 prosent oppgir at de skal feriere i utlandet i sommer. De mest populære reisestedsdestinasjonene i utlandet i år er Kreta, Mallorca, Rhodos, Spiti og Kypros.

Sammenlignet med tidligere år er det flere som ønsker å ha noen dager hjemme i ferien. 38 prosent oppgir at de skal være hjemme, mot 33 prosent i 2016.

72 prosent oppgir at det viktigste med ferien er å være sammen med familie og venner.

Kilde: NTB

bra fra før og som har en hverdag i familien som kanskje er preget av rusmisbruk, tøff økonomi eller sykdom. Jeg har selv mottatt mailer og har blitt kontaktet av barn på Facebook som forteller om klumpen i magen for ferien. Det er hjerteskjærende å lese disse historiene. Jeg forsøker da å «dra»



**SAMMENLIGNE:** Min oppfordring til foreldre er at de forsøker å slutte med å sammenligne seg med andre, sier forfatter og fagansvarlig i UNICEF, Kristin Oudmayer.

Foto: UNICEF

det litt ned ved å fokusere mindre på hvor de har vært, men mer på hvem de har tilbrakt tid med i ferien og hva man har gjort sammen, fortsetter hun.

### VALGTE HJEMMEFERIE

Marte Frimand-Anda er en av Norges mest leste foreldrebloggere. Hun har i de senere årene vært mye opptatt av feriepesset som både barn og foreldre opplever. Selv fikk hun seg en skikkelig aha-opplevelse for fire år siden da familiebudsjettet viste at det ikke var rom for å dra på ferie den som-

meren. Resultatet ble at de måtte tilbringe sommeren hjemme.

– Vi lurte på hvordan det skulle gå med to barn i huset. Det er jo nesten opplest og vedtatt at en kjernefamilie skal reise på ferie, og her gjorde vi det helt motsatte. Men da ferien var slutt, hadde vi hatt det utrolig gøy. Det var ikke noe fly vi skulle av gårde med, eller hotellfrokost vi måtte nå hver morgen. Vi oppdagte nærområdet vårt på nytt, bortgjemte lekeplasser og flotte turlopper i skogen. Vi snuste rundt, hummer Frimand-Anda.

– Selvsagt var det dager da vi



kjedet oss, men totalen ble likevel veldig bra. Barna våre gledet seg til å komme tilbake på skolen og fortelle om fisketurene, leken i naturen og alle blåbærene de hadde plukket. Vi har også i ettertid hatt ferie hjemme, sier bloggeren.

### VIL FJERNE SKAMMEN

Hun opplyser at tilbakemeldingene på bloggen når det gjelder temaet knyttet til barn og ferie, har vært delte. Flertallet er enig med henne, mens andre gir uttrykk for

at barn selvsagt må på ferie. Frimand-Anda tror mange foreldre går rundt med unødvendig dårlig samvittighet når det kommer til spørsmålet om hvor sommerferien skal tilbringes.

Jeg ønsker å fjerne den skammen hjemmeferie er for mange. Det er ingen skam. Barn har godt av å tilbringe ferien hjemme en gang i blant. Det viktigste for dem er tid sammen, ikke at man drar langt av gårde til flotte steder i verden, understreker bloggeren.

### ● Dette er barn som bekymrer seg og gruer seg til ferien.

Kristin Oudmayer, forfatter og fagansvarlig i UNICEF

### JAG ETTER LYKKE

Kristin Oudmayer tror det er viktig at foreldre tenker over hvilke holdninger man signaliserer til barna om ferievalg. Hun oppfordrer dem til å være modige og ikke redusere betydningen av å velge andre alternativer enn eksempelvis kostbare utenlandsturer.

Jag etter lykke, og at en ofte vil ha det beste og i hvert fall det samme som andre, preger holdningen til mange foreldre, tror hun.

– Sosiale medier er også en vik-

tig faktor her, da det handler om å vise fram det livet man lever. Det bidrar til at presset øker. Min oppfordring til foreldre er at de forsøker å slutte å sammenligne seg med andre og heller retter søkelyset på samværet fremfor at reisemålet skal være stort og flott. Vi må ikke glemme at hvor du er, ikke er avgjørende for hvordan du har det. Ikke alle barn som reiser til Syden har det bra og er lykkelige med familiene sine, sier Oudmayer.



**FORELDREBLOGGER:** Marte Frimand-Anda er en av Norges mest leste foreldrebloggere. Hun fikk hun seg en skikkelig aha-opplevelse for fire år siden da familiebudsjettet viste at det ikke var rom for å dra på ferie den sommeren.

Foto: Privat

**KOSTBARE TURER:** Mange familier kjenner på presset om å innfri forventningene om å reise til utlandet i ferien. – For barn betyr det ikke så mye hvor de har vært, men hvem de har tilbrakt tid i sammen med i ferien, sier Kristin Oudmayer.

Foto: Lise Åsenud







# Riisby

Tove Kristin Jevne  
Institusjonssjef

**RIISBY BEHANDLINGSSENTER**  
Tove Kristin Jevne,  
Nordsinni 356, 2870 DOKKA  
tlf. 61 11 28 00  
Giro: 2075.07.18389

## En liten hilsen fra Riisby

Riisby har lang historie å vise til når det gjelder rusbehandling.

Det var i 1960 at Det Hvite Bånd starta behandlingstilbud for kvinner på Riisby.

I dag tar vi imot både kvinner, menn og par til behandling. Riisby har fortsatt egne tilbud for kvinner, dette er tiltak vi ønsker å utvikle enda mer framover.

Den som har en rusavhengighet har en kompleks lidelse, fordi det berører hele personen og miljøet rundt vedkommende. En kompleks lidelse trenger en kompleks behandling!

Riisby er først og fremst en spesialisthelsetjeneste som tilbyr behandling i forhold til nasjonale faglige retningslinjer innenfor rusbehandling, TSB. Vi tilbyr utredning og kartlegging av den enkeltes helsetilstand. Pasientene blir henvist videre dersom det er behov for andre undersøkelser. Vi har en helhetlig tilnærming i behandlingen.

For eksempel tenker vi at pasientens åndelige behov er like viktige som de fysiske, psykiske og sosiale behovene.

Vi mener det er viktig å bygge på pasientens egne ressurser. Kanskje ikke alle er klar over hvilke styrker de har, da er det viktig å utforske dette sammen med pasienten. Det handler mye om opplevelse av mestring. Å få til noe, enten det er å gjøre ferdig et håndarbeid, trene på å lage seg middag eller å gjøre en arbeidsoppgave på Riisby eller på arbeids trening ute.

Og det handler om eksistensielle spørsmål, om å finne mening. Det handler om å finne ut hva som er viktig for den enkelte og hva som skal til for å kunne leve i pakt med verdiene sine og den en ønsker å være. Det handler om å se seg selv i en større sammenheng.

For eksempel at noen har bruk for meg, at jeg kan bety noe for noen. Behandlingen består i terapi individuelt og i grupper, gode samtaler, aktivitetstilbud på arbeidssstue og snekkerverksted, fysisk aktivitet, turer og gode opplevelser, arbeidsoppgaver og arbeidstrening og sosial trening i miljøet med andre pasienter og personalet.

Alle elementene i behandlingen fremmer tilfriskningsprosessen på en eller annen måte. Alle tiltakene er ment å gi hjelp for en sammensatt og kompleks lidelse. Men ingen ting av dette virker dersom en ikke får til gode relasjoner og gode møter mennesker imellom.

**I virksomhetsideen vår heter det at respekt, tillit og ansvar er viktige begrep på Riisby.**

Vi har valgt en faglig retning for behandlingen vår på Riisby, metoden kalles **Dialektisk Adferdsterapi**.

I neste nummer av bladet vil vi si litt mer om hva metoden går ut på.

**Fortsatt god sommer!**

Hilsen fra  
Tove Kristin Jevne



Institusjonssjef med representanter fra DHB i Riisby styret: Eva U. Trobe, Margaret Østenstad (vora) og Aud Karin Førland

# Riisby

Ragnar Engen,  
Riisbyprest

## Gudstjeneste i Riisby-parken

Fra den herskapelige hovedbygningen på Riisby Nordre fører en trapp fra fontenen og springvannet ned i et område med høye bjørke-, furu og lerketrær. Her er det for mange år siden laget sittebenker i stein på forskjellige steder i parken. På dette vakre og fredelige stedet hadde vi kveldsgudstjeneste torsdag 1. juni.

En liten bål plass gjorde nytten som alter. Både der og andre steder var det vakre blomsterbuketter; liljekonvall, syrin og lupiner, plukket av deltagere på gudstjenesten.

Med andre ord, rammen rundt gudstjenesten var helt spesiell. Vi som deltok var dessuten sveiset sammen allerede på forhånd. De fleste av oss hadde spilt volleyball en times tid på Riisby's gamle tennisbane, nå volleyballarena. Der hadde vi utfoldet oss og fått trent oss både fysisk og mentalt.

Vi hadde fått erfare styrken i samhold og samhandling. Etter volleyball-dysten deltok de fleste i å rake og rydde stedet hvor gudstjenesten skulle holdes. I fellesskap laget vi et kirkested. Kirkekaffe var det også, originalt nok før gudstjenesten, slik at den ikke skulle komme for tett

opp i kveldsmaten. En av pasientene hadde bakt en kjempegod kake, og kaffen smakte fortreffelig i disse omgivelsene. Etter at jeg hadde fått på meg prestedrakten, fortalte jeg om symbolikken når det gjelder farger, stola og belte.

Salmesangen, akkompagnert av Borgny på gitar, styrket opplevelsen av fellesskap, likeså veksellesningen. Jeg prekte om pinsens under, Den hellige Ånd, som skaper tro og fellesskap. Dets frukter er ikke bare kjærlighet, glede og fred, men også overbærenhet, vennlighet, godhet, trofasthet, ydmykhet og selvbeher-skelse, Gal.5,22-23.

Dette er gaver og verdier som vi alle innerst inne lengter etter. Det kjenner vi både når vi tar imot, og når vi gir. Gudstjenesten levendegjorde ettermiddagens opplevelser på

Riisby: Freden ved å være sammen, overbærenheten med hverandres svakheter på volleyballbanen, gleden vi kjente ved å gjøre jobben med å få det fint i parken, godheten ved kirkekaffen. Alt dette betegner Paulus som Åndens frukter, og som vi fikk høste der vi satt omgitt av skaperverkets prakt og omsluttet av Guds fred og kjærlighet.

### TIL SLUTT:

Det er med Åndens frukter som på andre områder. Frukten kommer ikke av seg selv. Vi må legge til rette for vekst og blomstring.

Modning tar tid. Men når vi lever vårt liv nær kilden, som er Gud, kommer fruktene, - i sin tid.

Hilsen fra  
Riisbyprest Ragnar







**Riisby**

Tora Husan  
Styreleiar

# Sommerhilsen

Eyvind Skeie har skrevet utallige sanger og salmer. Noen har han samlet i en bok som har tittelen "316 SALMER OG SANGER". Boka her stått i bokhylla vår lenge, men det er ganske nylig jeg ble oppmerksom på denne "sang-skatten".

I nr. 257 syntes jeg Skeie har fått frem en stille, men likevel sterk bønn som tar med noe av den sterke Ånd vi ble velsignet med i pinsa. Den salmen vil jeg sende som en sommerhilsen til alle lesere av bladet vårt.

**1. Gjør meg til et redskap for din fred.**  
Der hatet rår, la meg ha kjærlighet.  
Der urett er, send din rettferdighet.  
Der tvilen finnes, skap ny tro.

**2. Gjør meg til redskap for din fred.**  
Der livskraften er tapt,  
send meg med håp.  
Der mørket rår,  
tenn du et lys fra deg.  
La sorg bli glede gjennom meg.

**3. Å Herre, ved din nåde la det skje**  
at heller enn å trøstes vil jeg trøste,  
at jeg heller vil forstå enn bli forstått,  
at jeg elsker min neste før jeg elskes selv.

**4. Gjør meg til et redskap for din fred,**  
for ved å tilgi blir vi tilgitt selv.  
Å få ved selv å gi, er troens vei.  
I døden har vi liv i deg.

Med denne sterke bønnen vil jeg  
ønske hver og en av dere en  
velsignet sommer!  
Hjertelig hilsen fra Tora Husan.

Fritt etter Sebastian Temple 1966,  
Frans av Assissi

**Minneord**

## Marta Jordebrekk



Martha hadde fylt 96 år 14 sept. 2016. Hun var aktiv med å skrive flotte dikt i diverse fora. Torsdag 26. januar fikk vi følge Martha til sitt siste hvilested. En stor skare venner og kjente fulgte henne fra Moi kirke.

Flere av oss lærte Martha å kjenne gjennom ulike blad, der vi leste diktene hennes, og slik ble hun også kjent med Det Hvite Bånd. Dette ble ett livslangt medlemskap på over 60 år. Ett av hennes kjente dikt var: «Eg legg mi hand i di». Ved minnestunden til slutt sang vi: Navnet Jesus.

Hun var et trofast Hvite Bånds medlem til siste slutt, noe Solveig Vatland Bøe takket for ved båret.

Etter Marthas minnestund kom en dame fra Hommersåk og ville bli medlem. Det var gledelig.

**Vi lyser fred over  
hennes gode minne.**

**Solveig Vatland Bøe**  
Redigert

## Eg legg mi hand i di

*Eg legg mi hand i di, min Gud og Far  
Du vegen veit, du omsorg for meg har.*

*Du har ein plan med livet mitt i dag.  
Hald du meg fast til siste andedrag.*

*I mørkast stund når ingen veg eg ser:  
Hjelp meg å tru du også då er nær.  
Din veg og vilje ingen grundar ut.  
Mi hand i di - og trygg eg er, min Gud*

*Min framtidssdag i dine hender, Gud.  
Styre mine steg, lei du meg heim til slutt!  
Då ser eg vegen som du staka ut -  
i lys frå æva og med takk til Gud.*

**Marta Jordebrekk**







## Preken DHB's bønnedag 28. september 2017:

Irja Eskelinin,  
Finland

# Gud hjelper oss til å se hva andre mennesker virkelig trenger



**Tekst: Lukas 10: 38 - 42**

Gud hjelper oss til å se hva andre mennesker virkelig trenger, Hans lys fortrenger skyggene vi kaster i våre forsøk på å hjelpe.

Da Jesus og hans disipler var på vei, kom han til en landsby der en kvinne ved navn Martha åpnet sitt hjem for ham. Hun hadde en søster som heter Maria, som satt ved Herrens føtter og lyttet til det han sa. Men Martha ble distraheret av alle forberedelsene som måtte gjøres. Hun kom til ham og spurte: **"Herre, bryr du deg ikke om at søsteren min har overlatt alt arbeidet til meg?" Be henne om å hjelpe meg! "Martha, Martha, " svarte Herren, " du er bekymret og opprørt over mange ting, men få ting er nødvendig - eller faktisk bare en. Maria har valgt det som er bedre, og det vil ikke bli tatt fra henne."**

Det som skjedde hjemme hos Martha og Maria på Lukas' fortelling, føles kjent. Kontrasten mellom to typer mennesker er noe vi ofte møter i dagliglivet. Faktisk er vi så vant til at vi ikke setter pris på hvor stor forskjellen mellom to ganske like individer faktisk kan være, her søsken, når det gjelder åndelig liv. Ved første øyekast kan konflikten som foregår i Lukas' fortelling virke som et trivielt sammenstøt mellom personligheter. Tross alt er noen født til å være arbeidsomme og travle, mens

andre har en mer stille og taktsom natur. De som finner tilfredshet i handling, synes gjerne det er påtagelig når andre virker stille og passive, eller til og med tilbaketrukkne. På den annen side kan de som fører et fredelig liv, oppleve sine travle medmennesker som grunne og støvende. Siden vi lever i en verden med mange typer mennesker, læres vi med rette ikke å være dømmende overfor andre, da samfunnet er avhengig av mange ulike personlighetstyper for at det skal fungere.

Fra et åndelig perspektiv kan man ikke snakke om å ha feil eller riktig personlighet. Gud har ikke masseprodusert oss for at vi skal være identiske kopier av hverandre. Noen er opptatt av gryter og panner, andre med dyp tenkning, men alle kan ha en meningsfylt funksjon i Guds skapelse. Herren har en hensikt for både Martha og Maria! Dagens tekst bringer imidlertid opp et annet emne av stor betydning: Selv når vi tror at vi har gode hensikter, kan vår innsats for å hjelpe andre slå feil ut.

Da Jesus kom til Martha og Marias hjem, ble han mottatt som en viktig gjest av begge søstrene. Martha ønsket å tilby ham det aller beste hun hadde hjemme, og for å få gjort de nødvendige forberedelsene, måtte hun skynde seg. La oss et øyeblikk tenke over hvordan Marthas bestre-

belser så ut fra Herrens perspektiv. Hadde han kommet til deres hjem for å bli oppvartet av dem som bodde der, eller hadde han kommet for å tjene dem? Håpet han på å få et stort måltid, eller ønsket han å tilby sine ord til sine venner? Hvem av søstrene mottok ham på den måten han hadde håpet, Martha eller Maria? Til tross for sin intensjon om å tjene Jesus på en god måte, fokuserte Martha på det som var av mindre betydning enn ordene Maria så oppmerksomt lyttet til, slik at hun glemte sine praktiske oppgaver.

Jesus var en svært viktig gjest, men han ventet ikke å bli behandlet som jorden største æresgjest av den grunn. For en som hadde fastet i førti dager på et tidspunkt, ville det ikke vært uutholdelig å avstå fra et måltid når man var på besøk i noens hjem, et enkelt måltid ville vært mer enn nok.

Mens Martha skyndte seg for å tjene Jesus slik hun oppfattet var den beste måten, gjorde Maria, gjennom å høre på Jesus, og på denne måten la ham tjene henne, faktisk det Jesus hadde håpet på. Her finner vi en av de store utfordringene i livet. Vi vil ofte gjøre vårt beste for å være hjelpsomme og velvillige mot hverandre, men vi ønsker å gjøre det på vår egen måte, på våre egne vilkår. Når vår innsats ikke blir mottatt slik vi hadde håpet, føler vi oss fornærmet og lite verdsatt, vi sitter



igjen med en tanke som ofte avslører vårt hemmelige ønske om anerkjennelse: **"Jeg gjorde mitt beste, og det er sånn min innsats blir belønnet ..."** Hvis vi virkelig vil hjelpe andre mennesker, må vi legge til side vår egen agenda og prøve å se inn i hjertet, den indre verdenen, til den andre personen og tenke på hva han eller hun ønsker og trenger. Jesus elsket Martha og Martha elsket Jesus, men ved ikke å skjønne hva Jesus syntes var viktig, avbrøt Martha Hans lære med sterke og uvennlige ord mot sin søster. I denne situasjonen så ikke Martha den Jesus hvis næring var å gjøre sin Fars vilje (Johs 4:34).

Martti Lindqvist, en kjent finsk mann av kirken og etikkforfatter, snakket og skrev om den såkalte "skyggen av hjelperen". Ønsket om å lede et godt og åndelig liv kan ikke fjerne vår skygge, men Gud kan kaste lys over den.

Ved å hjelpe en annen person i nød, avslører sårene i min nabo mine egne sår. Ønsket om å være der for et medmenneske i nød og være en aktiv deltaker i stedet for en passiv observatør, er edelt og ønskelig. Det er som å finne den riktige frekvensen på en radio; Når vi oppnår riktig forståelse, kan vi se, til og med føle, smerten til den

andre personen. Basert på sin erfaring, oppfordrer Lindqvist den som vil hjelpe et annet menneske til å vurdere sin egen skygge som en hjelper, bli oppmerksom på risikoen og farene forbundet med ens spesielle personlighet.

Hvite Bånd-medlemmer møter ofte mennesker som er midt i smerten og kaoset forårsaket av rusmidler. Noen prøver å gjenvinne kontrollen over sine liv, men disse anstrengelsene mislykkes ofte, og påminner oss om betydningen av Guds hjelp. I mange situasjoner kan en omsorgsfull nabo tjene som Guds mest imøtekommende verktøy for å hjelpe et slitmenneske som sliter. Kristen veldedighet stammer fra den gyldne regelen: **"Gjør det mot andre som du vil at andre skal gjøre mot deg."** Den internasjonale Hvite Bånd-bevegelsen har fulgt dette prinsippet siden begynnelsen på 1890-tallet.

Guds kjærlighet er kilden til alle anstrengelser for å hjelpe, støtte og trøste andre, og i et møte mellom mennesker kan denne kjærligheten ses som ekte samhandling, deltakelse, lytting og respekt. Hver av oss kalles til å være sendebud av Guds kjærlighet i denne ofte grusomme verden. Dette er en stor oppgave, og den kan noen

ganger virke så tung at det kan få oss til å nøle. Er jeg virkelig egnet til å hjelpe og støtte en annen person når jeg selv sliter med ulike problemer? Men når slike tvil oppstår, må vi minne oss selv på at vi kan stole på at Gud vil gi oss styrke og visdom til å gjøre det rette i disse situasjonene, hvis vi er villige til å motta Hans veiledning. La oss modig gå troens vei og stole på Gud, forberedt på å møte de som er i nød, samtidig som vi hele tiden er oppmerksomme på vår egen skygge som hjelpere.

IRJA ESKELINEN  
3rd Vice President, Rev.







Redigert utdrag:

# FAS/FASD: Medfødte alkoholskader

**Barn og unge med medfødte alkoholskader, FAS/FASD. - Blir de sett og forstått av PPT og skole? Denne artikkelen handler om hvordan vi kan forstå og iverksette pedagogiske og spesialpedagogiske tiltak overfor barn med medfødte alkoholskader. Disse barna sliter ofte med store og sammensatte lærevansker og trenger derfor tett oppfølging i barnehage og skole.**

## FAS/FASD-DEFINISJONER, ÅRSÅK OG FOREKOMST

FAS er en forkortelse for Føtalt Alkohol Syndrom. FASD står for Føtale Alkohol Spektrum Forstyrrelser (der D står for disorders). FASD er en samlebetegnelse for et vidt spekter av skader som er forårsaket av alkoholbruk i svangerskapet. Tidligere ble også begrepet FAE (=Føtale Alkohol Effekter) brukt. Det er nå en del av FASD. FASD er ingen medisinsk diagnose, men en betegnelse som brukes når det er alkoholrelaterte skader i sentralnervesystemet, men hvor barnet ikke har tydelige avvik i ansiktet, slik en ser det ved et fullt utviklet syndrom, FAS. FAS/FASD kan bare skyldes bruk av alkohol i svangerskapet. Det kan ikke skyldes tidligere bruk av alkohol, eller det å komme fra et alkoholisert hjem, eller fra fars alkoholbruk (så vidt vi vet i dag).

## FAS/ FASD KAN IKKE ARVES

FAS er imidlertid en medisinsk diagnose, som må stilles av lege. **For å få denne diagnosen, må barnet:**

- være veksthemmet

- ha skader i sentralnervesystemet
- ha karakteristiske ansiktstrekk. Det må også være kjent/bekreftet at mor drakk alkohol i svangerskapet. Selv om FASD bare kan utvikles ved bruk av alkohol i svangerskapet, får ikke alle som blir utsatt for alkohol før fødselen, FASD. Følgende faktorer kan påvirke risiko og omfang for en ev. FASD:

- mengde alkohol som brukes i svangerskapet
- tidspunkt for drikking i svangerskapet
- fosterets sårbarhet
- morens genetiske bakgrunn
- andre faktorer knyttet til mor (Åpne for læring, 2012)

Det er likevel ingen perioder da mor uten risiko for fosteret kan drikke i løpet av svangerskapet. En kan med andre ord ikke gamble med at «sikre perioder» kanskje finnes! Det er heller ikke påvist noen grenser for sikre doser.

Ut fra ovennevnte kan vi også konkludere med at FAS er en diagnose som med

100 % sikkerhet kan forebygges, nemlig ved total avholdenhet av alkohol gjennom hele svangerskapet. Undersøkelser viser at alkohol er farligere for fosteret enn narkotika og medikamentmisbruk (Dalen et al., 2009).

## NOEN VANLIGE UTTRYKKSFORMER OG LÆRINGSUTFORDRINGER

Skadene i sentralnervesystemet innebærer også at disse barna har en varig hjerneskade, og dette er den mest alvorlige følgen av FASD. Det medfører økt risiko for en rekke vansker når det gjelder læring og sosial fungering. Det er store variasjoner i uttrykk og funksjonsnivåer blant mennesker med medfødte alkoholskader. Det er likevel noen trekk som ofte går igjen:

- IQ lavere enn gjennomsnittet
- Vansker med å planlegge og å organisere (egenledelse)
- Liten korttidshukommelse
- Kontekstavhengig læring
- Svak forståelse av abstrakte begreper, som for eksempel tid og penger



Husk FAS dag  
09.09.17

- Forsinket utvikling i språk, motorikk og sosiale ferdigheter
- Vansker med å tolke sosiale situasjoner og tilpasse atferden
- Svak sanseintegrasjon
- Matematikkvansker
- (Åpne for læring, 2012)

Selv de med gjennomsnitt IQ-skåre fungerer ofte svakere enn forventet ut fra deres skåre. Mange av disse barna har et tilsynelatende godt språk. Dessverre viser det seg ikke sjelden at de har vansker med å forstå betydningen av mange av ordene de bruker. På den måten blir de ofte misforstått av lærere og medelever. Dessuten kan de selv lett misforstå. Slik oppstår ofte forvirring og irritasjoner. Mye av kritikken fra lærere, medelever og andre blir da urimelig eller helt feil. På den måten kan barn som ser helt vanlige ut og har et alminnelig talespråk, på sikt bli overvurdert og kanskje få større vansker enn barn som har et avvikende utseende og et annerledes språk.

De førstnevnte barna blir ofte seint oppdaget, og kan gå mange skoleår uten å få adekvat hjelp. Vi vet dessverre om mange slike tilfeller! Disse barna bruker mye krefter på å skjule sine vansker og er redde for å bli «avslørt». Det er derfor ikke uventet at mange barn med FAS/FASD er deprimerte. Det er viktig å være oppmerksom på at selvmord forekommer hyppigere i denne gruppen enn ellers.

I tillegg til fagvansker får de ofte sosiale vansker. Deres umodne atferd skaper avstand til medelever. De kan ha problem med å tolke sosiale signaler, noe som gjør medelever usikre og noen ganger frustrerte. På grunn av hjerneskaden er barn med FAS/FASD ofte mindre fleksible enn andre på samme alder. De trenger lengre tid på å takle overganger fra en aktivitet til en annen. Særlig ved uventede endringer, for eksempel i timeplanen eller det å plutselig få vikar, kan virke frustrerende

## FAS/FASD Utdanningsforskning

på dem og fører ofte til sinneutbrudd. Dette medfører selvsagt også at de mister verdifull tid til læring av fag.

En annen utfordring er deres begrensede evne til å forholde seg til tid. I neste omgang skaper dette vansker med å planlegge og organisere hverdagen. Vi vet ut fra vår erfaring med barn med FAS/FASD at dette svært ofte skaper en kaotisk hverdag. Disse barna kan derfor trenge en «ekstern hjerne», for eksempel en spesialpedagog på skolen og en støttekontakt på fritida, som kan ordne og strukturere dagene.

## OVERFØLSOMHET FOR SANSEPÅVIRKNING (SENSORISK SKYHET)

Mange med denne diagnosen reagerer negativt på sansepåvirkning som jevnaldrende ikke reagerer på. Det gjelder særlig overfor lys, lyd og berøring. Det er ikke sant at det bare er eldre mennesker som ikke tåler høye lyder. Når barn med FAS opplever slike sansepåvirkninger som overveldende, kan de reagere med irritasjon og sinne, noe som kan virke uforståelig for medelever og ansatte i skolen. Det er lett å tenke seg at slik overreagering også går ut over oppmerksomhet og dermed innlæring. Særlig ser vi mange småbarn bli utilpass og overveldet av sansepåvirkninger. Barn som har det slik, trenger «sansebeskyttelse» og skjerming.

## VEKSLLENDE DAGSFORM

Mange lærere blir forvirra over at disse elevene veksler så ofte både i prestasjoner og humør. Gangetabellen de kunne i går, kan være «borte» i dag, for så å komme tilbake neste uke. Også eleven selv kan bli forvirra og fortvilt overfor dette. Tilsvarende ser vi med humøret som kan skifte mange ganger om dagen. Noe av forklaringen kan nok skyldes naturlig følge av depresjon over sin situasjon. Overreagering med hensyn til sansepåvirkning må tilskrives skade eller endringer i hjernen, og ikke «feil» hos lærer eller medelever.

Hvilke «sansekanaler» er den beste innlæringskanalen? Dette kan nok også variere fra elev til elev med FAS. Uansett vil det være en fordel å kombinere ulike kanaler, slik det er for alle elever. Vårt inntrykk er likevel at for en stor del av disse elevene er det den visuelle kanalen som er den sterkeste. Foreldre og lærere må derfor legge ekstra vekt på å utnytte akkurat denne kanalen. Derfor: Snakk mindre, vis og demonstrer mer med kroppsspråk og gjenstander som kan forsterke innlæringen.

## FORHOLD TIL ANDRE DIAGNOSER (KOMORBIDE LIDELSER)

Erfarne lærere vil gjenkjenne mange av disse trekkene fra andre diagnoser, ikke minst fra AD/HD. Det viser seg også at et stort flertall av barn med FAS/FASD også har AD/HD. Noen trekk kan en og kjenne igjen fra barn med autistiske trekk. Det er flere gutter enn jenter med diagnosen AD/HD. Blant de med FAS/FASD er kjønnsfordelingen sannsynligvis mer jevn.

Det er påfallende at så mange av oss som har jobbet lenge i hjelpeapparatet har sett så få barn med bekreftet FAS/FASD. Noe av forklaringen kan nok skyldes underdiagnostisering på grunn av manglende kompetanse hos helsearbeidere. Andre forklaringer kan være at de blir «kamouflert» med den mer «ufarlige» diagnosen AD/HD.

Oppsummert kan en si at barn med FAS/FASD har større og mer sammensatte lærevansker enn barn med AD/HD, selv om mange (spesial)pedagogiske tiltak kan være like for de to gruppene.

## HOLDNINGER

Helt grunnleggende er skolens og lærernes holdninger til eleven med FAS/FASD. Hvordan reagerer lærerne når eleven ikke mestrer kravene i skolehverdagen? Holdningene vil påvirke hvordan



## En livslang konsekvens når man drikker under graviditet!



### STRUKTUR

En fast struktur som beholdes gjennom hele skoleåret, kan være en god støtte til barn med FAS/FASD. Fast timeplan, fast klasserom og fast plass i klasserommet øker barnets trygghet og gjør dagene mer oversiktlige. Barnet vet da hva som kommer til å skje og innstiller seg mentalt på det. Med fordel kan de faste strukturene gjøres visuelle ved for eksempel at timeplanen henger synlig i klasserommet, slik at eleven kan følge med på hva som er avsluttet/ferdig og hva som kommer.

Når den faste strukturen og de vanlige rutinene likevel av og til må endres, slik som på turdager og ved høytider, er det en stor fordel at eleven forberedes på endringen i god tid. Da kan hun klare å endre sine forventninger og justere sitt mentale bilde av situasjonen. Elever med FAS/FASD kan lett bli overstimulert på skolen. Mange klasserom er fulle av synsintrykk, vegger fylt med plakater, elevenes kunstverk og tavleskriverier fra forrige time. Lydnivået kan være overveldende med mange stemmer samtidig, for eksempel fra gruppearbeid med flere grupper i det samme rommet. God struktur innebærer også god orden på materiell. Ting bør ha faste plasser. Rydd bort det som ikke skal brukes. Vask av tavla og rydd bort plakater som ikke er aktuelle. Unngå at støy fra korridorene når inn til klassen, og benytt skjermede grupperom om mulig.

Elever med FAS/FASD har problemer som kan føre til at de ofte kommer på feil tid til avtaler, og at de feilberegner slik at arbeid ikke blir ferdig i tide. De kan ha vansker med å forstå abstrakte begreper som tid og klokke. Det kan medføre mye ubehag ikke å forstå tid, -har vi god tid eller må vi skynde oss? – hvor langt har vi kommet i arbeidet? Ofte er det slik at barn med FAS eller FASD ikke kan klokka. Særlig de gammeldagse analoge klokke er utfordrende å forstå. Det samme gjelder «den analoge måten» å angi tid på, f.eks. kl. ti over halv tolv, – er det før

læreren møter eleven når atferden ikke er hensiktsmessig, for eksempel når eleven er urolig, forstyrrer medelever eller gjør noe annet enn det som er oppgaven.

I stedet for å tenke at eleven ikke vil, er det viktig å innse at eleven ikke kan. Det er viktig å se at det ikke handler om bevisst dårlig oppførsel, stahet eller et sterkt ønske om å skaffe seg oppmerksomhet, men at det dreier seg om vansker med å omsette verbale instruksjoner til konkrete handlinger, eller at eleven rett og slett ikke forstår hva som forventes. Å fokusere på hvordan barnet føler seg, og ikke bare på hvordan hun oppfører seg, er viktig. For de barna som ikke har et påfallende utseende og som skærer evnemessig innenfor normalområdet, er det ekstra viktig at skolen og lærerne er godt informert om barnets tilstand.

Et vanlig fenomen er at eleven bruker tid på aktiviteter som å spise blyanter, viske ut, gå på toalettet eller gjøre små ærender. En klok lærer kan tolke dette som tegn på at oppgavene ikke er innenfor elevens mestringsområde og deretter redusere omfanget, vanskelighetsgraden og/eller justere tidsrammene når det gjelder elevens muligheter for mestring. Glemte bøker og besvarelser er heller ikke nødvendigvis et resultat av vrang vilje hos elever med FAS/ FASD. Et ekstra sett med skolebøker til å bruke hjemme og godt samarbeid med foreldrene reduserer problemene rundt glemming.

Lærere må finne ut hvor eleven er i utviklingen og tilpasse oppgavene slik at eleven opplever mestring på sitt nivå. Det er også nyttig å kartlegge interesser og sterke sider. Likedan er det viktig å finne ut under hvilke betingelser eleven fungerer best på skolen. Hvor mye struktur trenger hun, hvor lange økter mestrer hun før hun trenger støtte eller påminning, hvilke medelever føler hun seg trygg sammen med, osv.

Et annet eksempel hvor voksne ofte mistolker barn med FAS/FASD, er når barnet stadig gjentar samme feil. Det kan føre til at man tror eleven er bevisst ulydig eller til og med manipulerende. En lærer med tilstrekkelig innsikt og kompetanse vil forstå at eleven har vansker med å generalisere fra tidligere episoder og koble årsak og virkning. Barnet trenger ikke «anmerkning» for hver gang hun gjør feil, men øvelse i å gjøre det som er rett.

Barn med FAS eller FASD har ofte svak sosial kompetanse og lite forståelse for andres personlige (intime) grenser. Problemene kommer ikke av dårlig oppdragelse eller av at hun har vært utsatt for overgrep slik man kanskje kan tro. Barn med FAS/FASD har ofte problemer med å tolke og forstå det sosiale samspillet og å tolke andres ansiktsuttrykk. Spøk og ironi blir fort misforstått. Overfølsomhet for fysisk berøring gjør at et vennskapelig klapp på skulderen eller at noen dultar borti en, oppleves som et slag eller et angrep. Samtidig er venner ofte det viktigste i livet for barnet. Å bruke ressurser på å lære barnet sosiale ferdigheter vil være svært nyttig. Hvordan ta kontakt med andre, hvordan invitere seg selv inn i leken, hvilke regler gjelder i aktivitetene som foregår i friminuttene. Start med dette så tidlig som mulig, gjerne ved å bruke rollespill.

Barn med FAS/FASD er i risiko for å utvikle dårlig selvtillit og et negativt selvilde. De klandrer gjerne seg selv og bruker uttrykk som «Jeg er dum», om seg selv. De kan være ensomme og nedtrykte. Et betydningsfullt tiltak er derfor å finne strategier som kan styrke barnet. Å lære barnet en ferdighet som andre vil gi ham anerkjennelse og ros for, er en god strategi som kan bygge et bedre selvilde. Jo flere mestringsopplevelser, jo bedre. Derfor bør oppgavene tilpasses barnets nivå i størst mulig grad. Jo flere mestringsopplevelser, jo bedre.

## FAS/FASD Utdanningsforskning

Ikke la dette skje med ditt barn!



eller etter kl. 12? Er det kl. 12.10 eller kanskje kl. 12.40? Noen barn velger da å holde seg på møteplassen hele timen for å være sikker på at de er der på riktig tidspunkt, mens andre velger en mulig tolkning og kommer sannsynligvis på feil tidspunkt.

For noen hjelper det om man uttaler tidspunktet digitalt, dvs. kl. 11.40. For andre vil en god hjelp være å få følge med en eller flere klassekamerater. Timeglass, eggeklokke eller ev. spesialur som angir tid på en tidslinje, kan være aktuelt.

Å bevare roen og bruke få ord vinner læreren mye på. Å bli opprørt og heve stemmen forverrer alltid situasjonen. Det forstyrrer gjerne også tryggheten og tilliten som barnet trenger å finne hos de voksne. Ved å holde fokus, ha en god struktur og gode rutiner kommer man langt.

### UNDERVISNINGSTIL

Barn med FAS/FASD har som regel godt faglig og sosialt utbytte av å få sin undervisning i klasserommet sammen

med medelevene. Noen enkle justeringer med hensyn til undervisningsstil, kan bety at elever med FAS/FASD får større utbytte av timene. Å vektlegge forutsigbarhet kan ha stor effekt. Alle overganger bør forberedes. Gi et varsel, et lydsignal (f.eks. klapp i hendene) før en beskjed for å få alles oppmerksomhet. Gi deretter selve beskjeden med en passende tidsmargin som at «Om 3 minutter skal dere ...», eller: «Etter matte skal vi...». Beskjeden kan gjerne visualiseres ved å ha en gjenstand eller et bilde av materiellet som skal brukes (f.eks. ei kokkelue dersom elevene skal omstille seg til matlagingsøkt). På den måten får eleven tilstrekkelig tid og informasjon til å klare omstillingen.

En kultur for bruk av ulike hjelpemidler som linjal når de leser, regneklosser i mattetimene, kalkulator og pc, vil være nyttig for barn med FAS/FASD, men også for mange av de andre elevene i klassen. PC gir raske tilbakemeldinger og hjelp til den som har en svak finmotorikk. Resultatet på skrift som er printet ut, ser ryddig og greit ut. Dette

kan være godt for en som sliter med å forme bokstaver og tall. Måten nytt stoff blir presentert på har betydning for elever med FAS/FASD. Vær så konkret og bokstavelig som mulig. Det kan være nyttig å planlegge undervisningen ut fra et aldersnivå to til tre år yngre enn den faktiske alderen på elevene i gruppa. Gjør presentasjonene korte og presise. Varier heller tilnærmingen med bilder, filmer og konkrete gjenstander.

Vær også innstilt på å gjenta, forklare og demonstrere for at informasjonen skal nå fram. Medelever kan av og til bidra som støttespillere i forbindelse med gruppearbeid og annet. Ekstra tid er ofte nødvendig for at eleven skal bli ferdig. Hyppigere pauser kan være et godt tips for elever som har nedsatt utholdenhet og har vansker med å sitte stille. Dette kan for eksempel være 15 minutter jobbing fulgt av 5 minutter pause. En organisert pausekrok kan bidra til at pausen gir en konstruktiv og beroligende effekt og er et avbrekk og en anledning til å hvile og samle seg.



Barneleir 2017



## Sætervika Barneleir

26. - 28. MAI VAR DET IGJEN TID FOR DET HVITE BÅNDS BARNELEIR  
I DE IDYLLISKE OMGIVELSENE PÅ SÆTERVIKA.

Temaet for leiren var **"JEG ER VEIEN, SANNHETEN OG LIVET"** og leirsangen med samme tittel ble sunget av full hals gang på gang med stor innlevelse.

Leiren åpnet med bli kjent kveld hvor den ett år gamle klovnen Ylle og Knut tøyset, tullet og tryllet til barnas store glede.

Dette var min første gang på leir med Det Hvite Bånd og jeg ble imponert over hvor flinke lederne var til å legge frem både bibelundervisningen og rusinformasjonen på en god måte som holdt barna engasjert.

Barna imponerte også stort med å slå opp i bibelen, stille spørsmål og sitte i ro og lytte til det som ble sagt.

Lørdag kveld holdt vi talentshow, som ble en fantastisk samling av opptredener av alle slag fra ledere, deltagere og til og med en av kjøkkenpersonalet deltok. Det var alt fra klarinett soloer og klassiske pianostykker til vitser, sketsjer og trylletriks. Ledergruppen var en god blanding av ulike personligheter i ulike alder og med ulike nådegaver som gjorde at alle ingrediensene til en god leir var på plass.

Vi hadde strålende vær hele helgen og som vanlig ble det bading, riding og natursti. Vi fikk også besøk av Kreftforeningens maskot giraffen Georg som var godt fornøyd med årets deltagere. Etter leirens slutt fant jeg en boks med lapper der det stod navnet til alle leder, hva denne lederen var

god til og Guds velsignelse over denne lederen. Vi kan ikke annet enn å takke Gud for en nydelig helg sammen med så mange av hans barn og vi gleder oss allerede til neste år.

*Hilsen en ganske fersk ledere  
Rachel-Elise Erlingsson*

### NOEN QOTES FRA BARN:

- "Eg elsker å gå på leir"
- "Leiren er over alt for fort"
- "Det er så gøy å møte andre"
- "Hviteband er en kjekk arrangement som hjelper folk og vil at andre skal vera ilag"



# Barnesider fra 6-12 År

SI NEI TIL  
RUS

## HVOR VAR DU I SOMMERFERIEN?

### HVA GJORDE DU I SOMMER?



### GLEDET ELLER GRUDDE DU DEG TIL Å MÅTTE SVARE NÅR ALLE I KLASSEN SPURTE PÅ SKOLEN ETTER FERIE?

Bare svar ærlig og ikke vær skamfull fordi  
om du BARE hadde hjemmeferie!  
Kjempegøy kan det være!





Fargelegg



**HVILKE FAG  
LIKER DU BEST?**

## PRØV DEG PÅ QUIZ FRA NORGE OG VERDEN

1. Hva heter Norges dypeste innsjø?
2. På hvilken innsjø går Skiblander?
3. Hvor starter og hvor langt går Hutigruten?
4. Hva heter den lengste fjorden i Norge?
5. I hva fylke ligger Trollveggen?
6. Hva er verdens lengste elv?
7. Hva heter havet som Påskeøya ligger?
8. Taj Mahal, hvor ligger det?
9. Hva heter New York sin berømte finansgate?
10. Hva het Sri Lanka før?

1. Hornindalsvatnet
2. Mjøsa
3. Bergen til Kirkenes
4. Sognefjorden
5. Møre og Romsdal
6. Nilen
7. Stillehavet
8. India
9. Wall Street
10. Ceylon

**SVAR**



**OPPSKRIFT PÅ MAT FRA MANGE LAND**



## EMIL SEVERIN SIN FAVORITT TIL LØRDAGSGSKOSEN

**OSTESMØRBRØD MED VARM KAKAO TIL  
3 - 4 brødsiver.**

Smør på ketchup eller sennep,  
det du liker best.

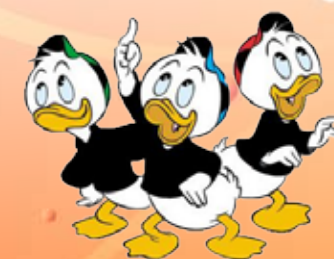
På hver skive legger du et stykke  
med skinke og krydrer med grillkrydder.  
Ha på ost og en dasj med oregano-  
krydder på toppen. Grill det i ovnen  
til osten er smelta.

Til kakaoen kan du bruke en pose med  
kakaopulver og blande i en kopp varmt  
vann. Med krem til blir det  
kjempegodt!



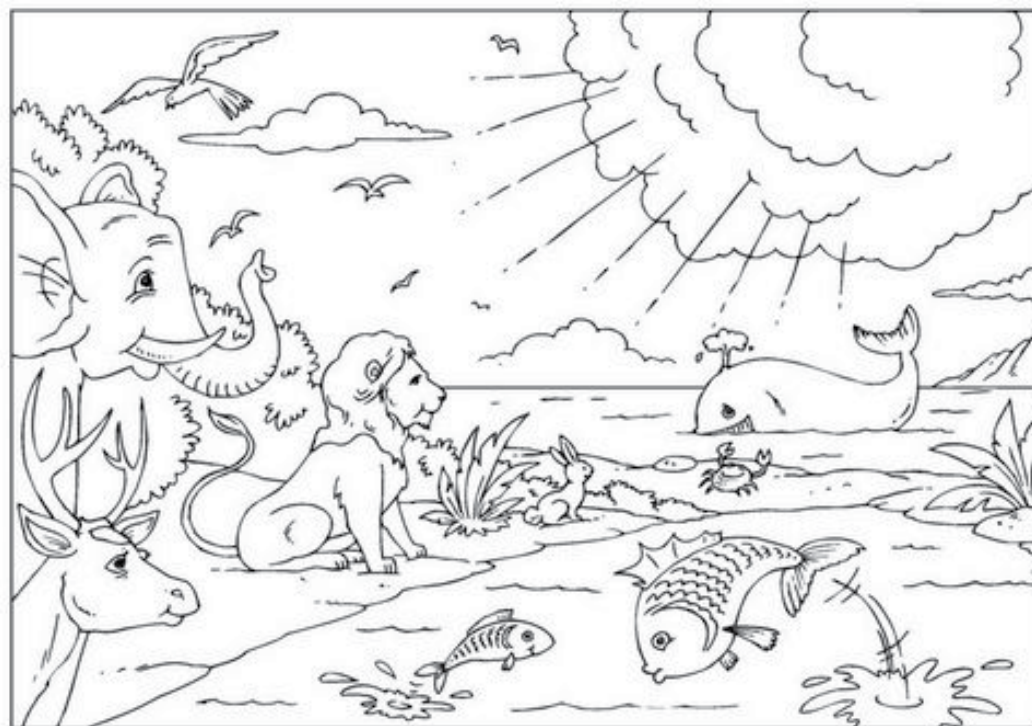
## VITSER OG GÅTER

HAR DU HØRT OM ELEKTRIKEREN SOM IKKE LIKTE SPENNING PÅ JOBBEN?  
HØRT OM SNEKKEREN SOM LISTET SEG RUNDT HJØRNET?  
HVORFOR KAN IKKE JEG LE NÅR SOLO?  
HVORFOR KAN IKKE JEG RAMLE NÅR ASFALT?  
HVA HETER UNGENE TIL ÅLEN? BARNÅLER  
HVORFOR HAR KUA BJELLE? EKKI IKKER ENENROH  
HVA KAN EN MUS TREKKE LIKE GODT SOM EN ELEFANT? NESTEN



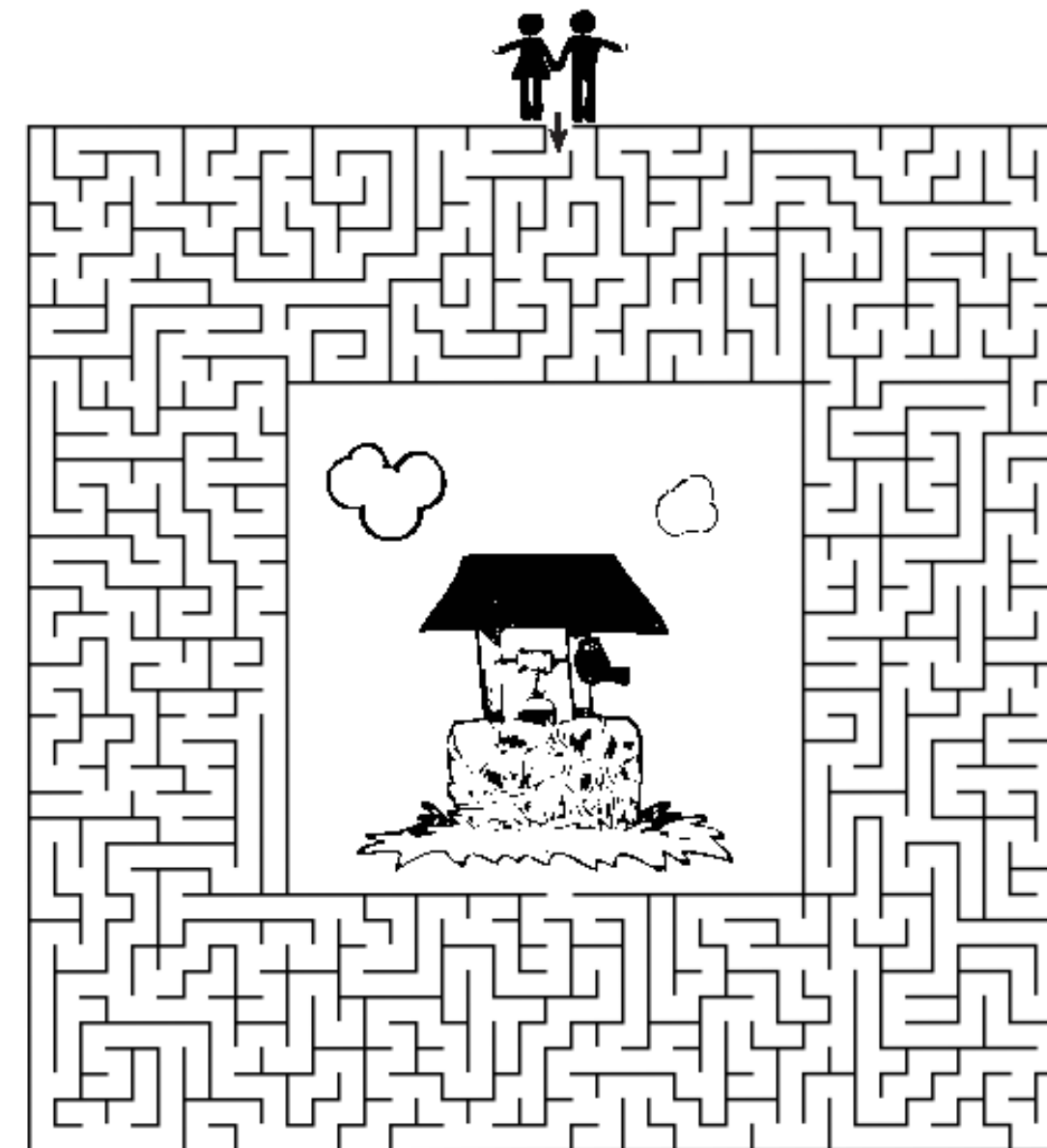


# FARGELEGG



# OPPGAVER

HJELP BARN OG FINNE VEIEN TIL BRØNNEN



## VANN

- Vi trenger rent vann på både innsiden og utsiden
- Å vaske våre kropp og klær fjerner bakterier og hjelper oss å være rene og sunne
- Å drikke vann hjelper oss å smøre og rense innsiden av kroppen vår, hjelper også til med å regulere kroppstemperaturen vår
- Vann er nødvendig for at hjernen vår skal fungere optimalt. Det hjelper også hjertet vårt, og gir oss en bedre utholdenhet.
- Vask alltid hendene dine regelmessig, bad daglig og drikk 6-8 glass med vann hver dag





## Ungdom over 13 år

Selma Joyce Olsen

### NYE STARTER & FORANDRINGER

Høsten har ofte ordet forandring med seg på slep. Hvis ens hverdag forandrer seg fra slik den har vært tidligere, er det vanlig at det skjer på høsten.



For mange ungdommer betyr høst en ny plass å møte opp daglig. Det kan gjerne være en ny skole, en ny klasse, en ny arbeidsplass eller mennesker man ikke har møtt daglig tidligere. Noen ganger er den nye plassen eller de nye folkene mer fremmed enn andre ganger. Det kan være både nervepirrende og behagelig.

Å starte på nytt kan være vanskelig. I et miljø der man ikke kjenner noen kan det være slitsomt å oppholde seg over lengre tid, fordi man hele tiden tenker på hvordan man fremstiller seg for de nye menneskene. Etter hvert vil det naturligvis være lettere, fordi man

har blitt kjent, men det er lett for at man blir motløs i starten. Det som derimot er behagelig med en ny start er at man nettopp kan fremstille seg slik man vil. Man kan være akkurat den man selv ønsker å være. For ikke lenge siden pratet jeg med ei som beskrev at hun som tenåring alltid hadde vært veldig sjenert og innadventd. Da hun begynte på folkehøgskole, derimot, fortalte hun, "Det var ingen som kjente meg der, så det var ingen som visste at jeg var sjenert! Da kunne jeg bare late som at jeg ikke var det".

**Altså, for deg som gruer deg til høsten - det kommer til å ordne seg.** Det

er viktig å huske at etter høsten kommer vinteren og etter hvert kommer våren, og et miljø som virket nytt og skummelt vil være kjent og kjært.

Å tro på at det kommer til å ordne seg er så klart lettere sagt enn gjort - men verdt å nevne likevel.

**Lykke til til alle sammen, ny skole eller ei :-)**

(Det er imidlertid viktig å nevne at det er ingenting galt i å være sjenert, poenget her var at man kan velge selv hvordan vi vil at folk skal oppfatte oss)

## ADVARSEL TIL ALLE BARN OG UNGE

## Ungdom over 13 år



**EUROPOL ADVARER OM NY TREND INNEN DIGITAL UTPRESSING DER BARN TVINGES TIL Å UMLEVERE NAKENBILDER AV SØSKEN OG VENNER.**

Europol har mandag frigjort en rapport om digital utpressing mot barn. Ifølge rapporten er barn helt ned i syvårsalderen i målgruppen for kyniske nettovergrepere, som enten har økonomiske eller seksuelle motiver. Den nye trenden er at kyniske kriminelle bruker seksuell informasjon eller seksuelle bilder til å tvinge barn til å gi fra seg seksuelt materiale, seksuelle ytelser eller penger. Antall slike saker har skutt i været de siste årene, men mange av tilfellene blir aldri anmeldt til politiet.

#### #SINEI

Nå ønsker Europol å skape en bevisstgjøring rundt problemet. Europol har sammen med politimyndigheter i EU startet kampanjen **#SiNei (#SayNO)** for å opplyse potensielle overgrepsofre om faren for å bli misbrukt på nett. Europol-rapporten viser at jenter i langt større grad enn gutter blir tvunget til å gi fra seg seksuelt materiale i form av bilder og video. Mens guttene i større grad blir utpresset for penger. En ny trend er at nettovergrepere tvinger barn til å utlevere bilder av søsken og venner.

«Barn som tar forholdsregler når det gjelder nettbruk eller barn som er for unge til å bruke internett, kan likevel være offer i slike saker,» skriver Europol i en pressemelding. Mange saker blir ikke anmeldt. Videre skriver Europol at mange saker aldri blir anmeldt fordi barna føler skam på grunn av bildematerialet de har blitt tvunget til å gi fra seg til overgriperen. I tillegg er det mange som rett og slett ikke er klar over at de er blitt offer for kriminelle overgrepere på nett.

- Barn bruker internett i stadig økende grad til å kommunisere og knytte nye relasjoner, og dette må anses som en naturlig del av deres utvikling. Derimot er det vårt kollektive ansvar å lære dem opp om farene de kan utsettes for, og samtidig beskytte dem for å gjøre nettbruken deres så trygg som mulig, sier Steven Wilson, som er sjef for Europols avdeling for nettkriminalitet, i en uttalelse. - Det å beskytte våre barn er hovedprioritet for politimyndigheter i Europa og verden for øvrig. I Europol er vi dedikert til å håndtere enhver trussel mot barna våre, og

stille enhver som skader dem til ansvar, sier Europol-direktør Rob Wainwright i en uttalelse.

#### HER ER 5 KLARE RÅD TIL DEG SOM BLIR UTSATT FOR SLIK UTPRESSING:

1. IKKE del mer, IKKE betal noe.
2. Be om hjelp. Du er IKKE alene
3. Ta vare på bevisene, IKKE slett noe.
4. Stans all kommunikasjon. Blokker personen.
5. ANMELD TIL POLITIET.

Gå inn på Skjermdump/Europol#SayNo (faksimile av Nettavisen 20.06.17) IKKE Vær naiv og tro at det du deler på nettet ikke kan gjøre skade. Det kan ødelegge deg og fremtiden din! Det kan ødelegge din familie og dine venner! **TA ANSVAR DU OGSÅ!**



Ungdom over 13 år

# Alkohol hører ikke til der unge skal utfolde seg i idrett og lek

KNUT HAUGSVÆR, LEDER AV FRELSesarMEENS RUSOMSORG MENER IDRETTEBØR VÆRE EN TRYGG OG GOD ALKOHOLFRI ARENA FOR ALLE, SÆRLIG FOR BARN OG UNGE.

Hvorfor mener mange, deriblant vi i Det Hvite Bånd, at det er så viktig å advare barn og unge mot rus, alkohol og dårlig livsførsel?

Vi ønsker ikke at noen senere kommer å sier: **"HVORFOR SA DERE IKKE NOE? HVORFOR ADVARTE DERE OSS IKKE?"**

En ung kollega sa for mange år siden til meg da jeg fortalte om den siste typen festdop som var i bruk, og skaden den gjorde.

**"DET MÅ DERE JO GÅ UT Å INFORMERE OM!"**  
Derfor advarer vi!  
Fordi det er vårt og mitt ansvar!

INSPIRASJON  
SIDE 14 | TORSDAG 15. JUNI 2017

Ønsker seg rusfri idrett  
**RUSMIDLER:** – Vi mener at idretten bør være en trygg og god alkoholfri arena for alle, og særlig for barn og unge, sier Knut Haugsvær, leder av Frelsesarmeens rusomsorg. Nylig gjennomførte «armeen» sin årlige Rusfrie dag, og i følge frelsesarmeen, no var søkelyset i år særlig rettet mot idrett som alkoholfri arena. Tidligere fotballkeeper Steinar Sørli er en av dem som var med å fronte Rusfrie dag i år. **DAGEN**

INSPIRASJON  
SIDE 14 | MANDAG 12. JUNI 2017

Vil ha lavere båtpromille  
**BÅTSESONGEN:** Motorførernes Avholdsforbund (MA) har lenge kjempet for en lavere promillegrense for båtførere enn dagens 0,8 promille. Generalsekretær Elisabeth Fjellvang sier til medlemsbladet Motorføreren at MA foran høstens stortingsvalg kreve at politikerne tar et klart standpunkt i saken. MA vil at promillegrensen skal senkes til 0,2, slik som den i dag er for bilførere. **DAGEN**

Samarbeidspartnere



**RUSFRI**  
dag  
8. juni

Støtt Rusfrie dag!

Rusfrie dag markeres for å vise solidaritet med de som lider på grunn av rus. Velg gode rusfrie alternativer 8. juni og støtt dagen på Facebook.

f @rusfridag    i #rusfridag    www.rusfridag.no

## INGEFÆRBÆR

8 BLÅBÆR  
4 BRINGEBÆR  
8 CL INGEFÆRØL  
FYLLES OPP MED SPRITE

Mos bringebær og blåbær lett med baksiden av en skje rett i glasset. Fyll på med is, ingefærøl (enten hjemmelaget eller kjøpt i butikken) og Sprite.



Besøk [drikkmer.no](http://drikkmer.no) for flere oppskrifter.





## Avd. Utdanning

Torgunn Søyland Skoglund

# Narkotika

**Omgrepet narkotika blir somme tider brukt for å referere til eitkvart nedroande middel. Meir presis refererer det til opiatfamilien. Desse drogene er smertestillande og hjelper på søvnevanskar. Dei har eit stort potensiale til å skape avhengighet.**

Frå kvaen til opiumsvalmuen kjem opium, morfin og kodein. Andre opiater slike som heroin, er syntetisk framstilt frå opium.

Medisinsk er morfin brukt til å avhjelpe smerter som elles ikkje ville vore til å halda ut. Kodein blir ofte brukt i hostestillande miksturar.

Ecstasy er eit anna døme på kunstig framstelt narkotika. Den er plassert i hallusinogenkategorien, sjølv om den verkar meir som amfetamin.

Heroin er hovednarkotikaen som misbrukast i denne kategorien. Heroin som blir seld på gata har no vorte så rein som 90 %. Når ein då byrjar med den, kan ein bruke den som ein brukar tobakk eller ein kan snuse den.

Slik unngår brukaren ubehaget ved å setje sprøyter på seg sjølv. Avhengighet oppstår fort og brukaren må fort opp i 2 - 3 injeksjonar på ein dag.

Snart oppnår brukaren ein flaum av gode kjensler og ro. Så fell han inn i ein tilstand av trøtthet. Rastløyse, kvalme og oppkast kan følgja etter. Pustinga går tregare og medvitsløyse kan inntreffa. Dei som brukar heroin merkar ofte ikkje skader dei får, fordi smerter ikkje kjennest.

Etter 5 år med heroinbruk vil ein av seks brukarar dø. Overdoser, urein heroin og usterile sprøyter gjer heroin til den kanskje mest risikable narkotikaen du kan bruke.

Denne formen for narkotika er ein av dei vanskeligaste avhengighetsformene å kurere.

Kina kvit er syntetisk heroin og ein variasjon av designernarkotikaen fentanyl.

Denne er mykje sterkare og meir avhengighetsskapande enn vanleg heroin. Likevel blir den seld på gata som vanleg heroin.

Korrekt så er designernarkotika berre utleda frå opiater. Vanlegvis refererer dei til kva som helst narkotika som gir brukaren den ønska effekten.

Dei blir produserte av kjemikarar i tvilsame skitne laboratorier med det resultatet at produsenten tenar store pengar.

# Rett fokus

Riktig samansett kosthald er avgjerande for ei god helse. Mosjon gjev ein spenstig kropp og overskot til oppgaver som ligg på vent. Aldri har det vore så mykje fokus på mat, helse og trivsel som i dag, for ikkje å snakka om den ideelle utsjånaden.

ABC'en til ei ytre og indre fornying er berre eit tastetrykk unna. Forslag til neste feriemål har me klart i det me vender heim frå ei av våre mange eksotiske reiser.

**KVA MED KRISTENLIVET MITT?**  
*Får eg den rette maten dagleg?*  
*Kva med praktiseringa av ordet?*  
*Kva med det åndelege overskotet mitt?*

*«Har de teke imot Kristus Jesus som Herre, så må de og leva i han. Ver rotfeste i han og oppbyggd på han! Stå fast i trua så som de har lært, rike på takk til Gud. Sjå til at ingen får fanga dykk med visdomslæra og tom dåring som kviler på menneskelege tradisjonar og kjem frå grunnkreftene i verda, og ikkje frå Kristus» Kol.2.7*

Den rette åndelege maten er det berre Bibelen og Guds ord som kan gje oss. Skilnaden på Guds ord og andre ord er at Bibelen er innanda av Gud. Det er eit levande ord som utrettar det det er sendt til.

Tenk på byrjinga av Johannes-evangeliet der det står at *"ordet vart menneske og tok bustad mellom oss."* Jesus er oppfyllinga av ordet. Det sanne ljuset som lyser for kvart menneske, kom til verda.

Berre ved å halda fast på Jesus, og dagleg ta til oss av Guds ord kan me klara å halda oss på avstand frå grunnkreftene i verda.

Det er Kristus me må byggja på og ikkje våre menneskelege tradisjonar.

Det er viktig at me slepper taket i våre tradisjonar og organiserte former, slik at Kristuslivet får blomstra og bringa inn nytt, friskt liv. Kjelda er Jesus og det friske vatnet renn kontinuerleg frå han.

Lat oss planta og så ved denne rennande bekken. Skal me klara å halda rett fokus må grunnen vera stø og målet klart. Jesus seier *«Eg er vegen, sanninga og livet. Ingen kjem til Faderen utan gjennom meg» Joh.14.6*

Skal me halda gudslivet vårt pulse- rande og levande må me handla på ordet. Det hjelper lite om me høyrer ordet dagleg om me ikkje i tillegg handlar på det. Ei tru utan gjerning er ei daud tru står det i Bibelen. Krasse ord, men sanne ord.

**KJEM MOTLØYSA SIGANDE ER DET ALL GRUNN TIL Å SPØRJA:**

Kortid oppmuntra eg ein annan person sist? *«Den som livar opp andre, vert oppliva sjølv»* seier skrifta. Guds ord er sanning.

**BØN:**

*Herre hjelp oss til å halda fast på deg og ditt ord. Les ordet ditt, handla på det, pris og takka deg for alle løfta du har gjeve oss.*

*Ditt ord er sanning og dine tankar er over våre tankar.*

*Takk Herre, for at me kan forventa hjelp frå deg.*

*Sjå til alle som lir og har det vondt for ditt namn si skuld.*

*Berre du Herre kan gje oss evig liv, glede og rett fokus.*

May Britt Røyrvik

med ynskje om ein god sommar til alle DHB systre !



## Avd. Bibel og bønn

May Britt Røyrvik



## Husk 12 bønner!

Det er alltid noen som ber rundt hele verden







## Avd. Sosial

Aud Bodil Brekka

**Jeg lar denne artikkelen og diktet fra Haldis Reigstad "Kan du lys i mørke tenne" tale for meg.**

**Vi kan ikke gjøre alt, men alle kan gjøre noe for andre.**

**Varm hilsen fra Aud Bodil Brekka**

**EN SKAM.** Det er ikke enkelt å akseptere ENSOMHETEN. Ensomhet er ikke bare smertefullt, men også pinlig. ENSOMHET ER EN SKAM. For å unnsnippe skammen må man gi inntrykk av å ha et blomstrende sosialt liv, hvor ensom man enn måtte føle seg.

ENSOMHETENS VESEN. Bandet Antony & the Johnsons spiller ofte sangen "All Is Loneliness" på sine konserter. Teksten består i sin helhet av ordene "All is loneliness here for me", som gjentas i ulike varianter. Sangen ble opprinnelig skrevet av den blinde og hjemløse New York-artisten Moondog (1916-1999). Han skrev sangen mens han satt i en dørroppgang på Manhattan, midt i en av klodens tettest befolkede byer. Det finnes utallige sanger om ensomhet, men ingen synes fange ensomhetens vesen så godt som "All Is Loneliness", med dens repetitive og kvernende tristesse.

### UENDELIG FORLATT

Ensomhet er selvfølgelig ikke noe nytt fenomen. Det finnes mange beskrivelser av tilstanden i Det gamle testamente, som når David i Salmenes bok klager over at ingen vil kjennes ved ham. Også Job føler seg uendelig forlatt. Og senere Kristus på korset. Ensomheten som tema møter oss allerede i fortellingen om Adam, som var det eneste mennesket, uten noen ledsager. Det ble klart for Gud at mennesket ikke kunne leve i ensomhet - Adam måtte få en livsledsager. Den samme oppfatningen av mennesket som et vesen som av natur er sosialt, blir utviklet av den greske filosofen Aristoteles. Denne tanken er så grunnleggende for Aristoteles at han hevder at den som ikke måtte ha et behov for andre, den som er selvtilstrekkelig, ikke kan være et menneske, men må være "et villdyr eller en gud".

### SELVTILSTREKKELIGHET ET MÅL

Men nettopp en bestrebelse på selvtilstrekkelighet synes å være grunnleggende i vårt moderne samfunn. I en tid der individualismen råder, hvor individet er et ideologisk sentrum, blir selvtilstrekkeligheten et mål. Denne selvtilstrekkeligheten ser igjen ut til å føre oss inn i en tilstand av ensomhet. Vi har alle en umiddelbar forståelse av hva ensomhet er - fordi vi alle har følt den - men det er uhyre vanskelig å gi den en noenlunde presis definisjon, slik at vi klart kan artikulere akkurat hva det er vi har følt. Selv om alle mennesker kjenner ensomheten, gjør ikke alle det i samme utstrekning. Mye tyder også på at ensomheten vokser i den moderne og senmoderne verden, men fenomenet er vanskelig å kvantifisere.

### ENSOM OG UBETYDELIG

I "Djevelens dagbok" definerer den amerikanske satiriker Ambrose Bierce "alone" som "å være i dårlig selskap". Den spøkefulle bemerkningen fanger inn noe vesentlig: At selskapet er dårlig, viser seg ikke minst ved at det er et selskap man er villig til å gjøre nær sagt hva som helst for å unnsnippe.

Når ensomheten melder seg, vil man klamre seg til hva eller hvem som helst som kan fordrive den. Følelsen av å være ensom forteller en om hvor ubetydelig man er i den store sammenhengen. Man kjenner seg hensatt i et univers der man ikke utgjør noen forskjell, der ens være eller ikke være er blottet for relevans for omgivelsene.

### ENSOMHET BRYTER NED

Det overrasker neppe noen at det finnes utførlig belegg for en forbindelse mellom ensomhet og selvmord. Ikke å være til kan fortone seg som et bedre alternativ enn å være til uten å spille noen rolle. Det er også påvist også mindre dramatiske konsekvenser, som rusproblemer, søvnforstyrrelser, økning i forekomst av stresshormoner og høyt blodtrykk. Ensomheten bryter ikke bare ned sinnet, men også kroppen. Den har altså en samfunnsmedisinsk side, og ikke bare konsekvenser for det enkelte individ.

### RELASJON TIL ANDRE

Ensomheten fremstår som påtvunget den enkelte utenfra. En person som har valgt å være for seg selv, er ikke ensom. Den ensomme er en som ønsker en relasjon til andre mennesker, men som mangler det. Denne ensomheten er delvis et resultat av våre senmoderne livsidealer. Den irakskbritiske forfatteren Ziyad Marar påpeker noe viktig i boken "The Happiness Paradox" fra 2003: Det moderne mennesket synes i sin lykestreben å være fanget i et paradoks der det både ønsker ubegrenset frihet og en tilhørighet. Nedslående nok mener han at dette paradokset er uløselig.

### POSITIV FRIHET

Selv er jeg ikke nødvendigvis like pessimistisk, men en oppløsning av paradokset krever at vi redefinerer vår forståelse av friheten. Vi forstår ofte friheten rent negativt, som en frihet fra alle forpliktende relasjoner til andre

*Kan du lys i mørke tenne,  
Kan du sorg til glede vende  
Kan du gi og ikke kreve,-  
Da blir livet godt å leve*

*Kan han merke det, din neste  
At du alltid vil hans beste.  
Sår du miskunnhet her nede,-  
Da du høste skal med glede*

*Kan med kjærlig hånd du tjene  
Selv når du må stå alene.  
Tjene trofast i det stille,-  
Da gjør du det Jesus ville*

*Kan du andres byrder bære,  
Oppgi selv din egen ære.  
Kan med ros du andre smykke,-  
Da har du den største lykke.*

*Når du sorg og nød skal lindre,  
Da la ingenting deg hindre.  
Kristus selv skal gi deg seier,-  
Kjærlighet i Han du eier*

*Haldis Reigstad - Dikt ved kjelda*

mennesker. Men den kan også tenkes som en positiv frihet til å inngå slike relasjoner. Det er en mindre ensom frihet. Hegel påpekte langt på vei det samme i sin kritikk av den romantiske oppfatning av selvet. Det romantiske jeget gjør seg selv til tilværelsens absolutte midtpunkt, og er selv dommer over hva som har verdi og hva som ikke har det. Hegel mener at dette imidlertid tømmer både omgivelsene og selvet for mening. Det blir et ulykkelig selv som ikke klarer "å frigjøre seg fra sin ensomhet, sin selv-forskyldte selvtilstrekkelighet", som han skriver.

### ENSOMHET SOM MULIGHET

Kanskje en mulig vei videre ligger i en slags aksept av ensomheten, der man også ser den som en mulighet. For Søren Kierkegaard går veien til en selv gjennom ensomheten. Han har kanskje et poeng der. I ensomheten blir man kastet brutalt tilbake på seg selv, og der ligger det en mulighet til å samle selvet og finne seg selv igjen når man har gått seg vill i tilværelsen. Kierkegaard ser på den nye tidens avvisning av ensomheten som et sykdomstegn, og han peker

# Den moderne ensomheten



på at ensomheten ofte ble positivt vurdert tidligere i historien, fordi den var så velegnet for hengivelse til Gud, intellektuelle overveielser og selvransakelse. Svært få betrakter i dag ensomheten som noe positivt fenomen. Den tyske filosofen Odo Marquard hevder at vi har mistet "ensomhetsevnen". Vi klarer i stadig mindre utstrekning å utholde vårt eget selskap.

### AVHENGIG AV ANDRES BLIKK

Denne ensomhetens andre side er vår tids kompromissløse selvopptatthet, der vi stadig mer streber etter å bli sett. Det er som om vi tror at ensomheten forsvinner hvis bare tilstrekkelig mange andre mennesker ser oss, for eksempel fordi man er deltager i et realityprogram på TV. Den selvopptatte er helt og fullt avhengig av andres blikk. Han eller hun må alltid finne en bekreftelse på sin egen eksistens ved å fylle andre menneskers synsfelt. Den selvopptatte er slik sett en ganske trist og stakkarslig skikkelse. Den selvopptatte finner hverken noen virkelig relasjon til seg selv eller til andre. Seg selv møter den selvopptatte bare i den gjenspeilingen han eller hun

kan finne i andres blikk. Og andre mennesker blir aldri noe annet enn en serie spill. Slik sett blir den selvopptatte enda mer ensom enn den som aksepterer ensomheten som en del av sitt liv.

### SMERTEFULLT OG PINLIG

Men det er ikke enkelt å akseptere ensomheten. Ensomhet er ikke bare smertefullt, men også pinlig. Ensomhet er en skam. For å unnsnippe skammen blir det avgjørende at man gir inntrykk av å ha et blomstrende sosialt liv, hvor ensom man enn måtte føle seg. Til tross for at ensomheten er en allmennmenneskelig tilstand, er den som lider under ensomheten - den som ikke kan skaffe til veie tilstrekkelig mange sosiale placeboer - en taper. Og hvem vil vel være venn med en taper?

### Kilde:

**ØRSTEAMANUENSIS I FILOSOFI  
FORF. LARS FR. H. SVENDSEN  
UNIVERSITETET I BERGEN  
OPPDATERT: 19.OKT.2011 22:43  
PUBLISERT: 02.DES.2006 00:00**



# Landsmøte 02-05 oktober 2017

Scandic  
PARK SANDEFJORD

## SCANDIC PARK HOTEL, SANDEFJORD

### PÅMELDINGS SKJEMA (Vennligst bruk TRYKK bokstaver)

Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Email: /Tel: \_\_\_\_\_

Jeg representerer: \_\_\_\_\_

Stemmerett/ikke stemmerett

#### Landsmøte priser (subsidiert)

Pakkepris per person 1 rom med 2 senger for 3 netter og alle måltider kr. 3500 + kr 300 Påmeldings gebyr (ikke refundert)

Pakkepris per person på enkelt rom kr. 4000 + kr 300 Påmeldings gebyr (ikke refundert)

**TUREN** (valgfri) kr. 200 i tillegg.

Bank kontonr.: 7874.06.24252 Det Hvite Bånd Landskontor. **Merk Landsmøte!**

**Beløp betales innen 1. september 2017. Ved frafall blir alt refundert minus påmeldings gebyret.**

☐ JEG ER DIABETIKER ☐ VEGETARIANER ☐ JEG TRENGER EN Å DELE ROM MED ☐ ENKELTROM

☐ ØNSKER ET DOBBELT ROM OG DELER ROM MED \_\_\_\_\_ ☐ JEG ØNSKER Å VÆRE MED PÅ TUREN

☐ JEG ØNSKER DAGPAKKE (MØTE, LUNSJ OG MIDDAG) TIL KR. 700 MAN. ☐ TIR. ☐ ONS. ☐

**SENDER TIL: Det Hvite Bånd Landskontoret, senest 01. SEPTEMBER, 2017 Torggt. 1, 0181 OSLO**



## Vestfold/Telemark Krets planlegger en interessant busstur!

Husk å melde deg på (marker det i PÅMELDINGS SKJEMA)



## FORELØPIG PROGRAM LANDSMØTE

02-05 OKTOBER 2017 SCANDIC PARK HOTEL, SANDEFJORD

TEMA: "VI TAR ANSVAR" TEMSANG: "JEG VET INTET OM IMORGEN"

<b>MANDAG 2. OKTOBER</b>	14.00 16.00	Ankomst – registrering – servering  Åpning av landsmøtet v/nestleder Helga Ingebrigtsen Sang: «De kommer fra øst og vest» Velkomst til Vestfold/Telemark v/Kretsleder, Anne-Marie Rønningen Korstorg salme 146 v/ Oddrun Småbrekke og Kari Inger Vik Straume Hilsen v/Ordfører Bjørn Ole Gleditsch Sang av Aud Karin Førland – «Gud er trofast» Tale av Landsleder, Margaret Østenstad Sang: «O nåde stor» Bønn for Landsmøte: Arnbjørn Løtveit
	18.00 19.00	Middag Lovsangs møte v/Aud Karin Førland "Riisby" v/Tove Kristin Jevne, Institusjonsleder Paal Andre Grindrud - "En hånd å holde i" "Hverdagshelt" v/Oddrun Småbrekke Bønn og refleksjon v/Eva U. Trobe
<b>TIRSDAG 3. OKTOBER</b>	06.00-08.45	Frokost
	07.30 08.45 09.00 09.45 10.00 11.00  12.00 12.30 14.00 14.45 15.00 15.15	Bønn for de morgenfriske Andaktstund - May Brit Røyrvik, Bibel og Bønn Avd. leder Landsmøteforhandlinger Kaffe pause Landsmøteforhandlinger Fagtema: Introduksjon v/Eli Kjøsberg Mina Gerhardsen, Generalsekretær Actis "Alkoholpolitisk arbeid" 12-bønn, Minnestund v/Aud Karin Førland Lunsj Fagtema v/Fred Rune Rahn, Borgestadklinikken "Eldre og Rus" Pause Hilsen fra Stiftelse Riisby Styreleder Tora Hussan Landsmøteforhandlinger
	18.00 19.00	Middag <b>Festkveld v/Vestfold Krets</b> Velkomst v/Kretsleder, Anne Marie Rønningen Sang: Berit og Arne Øystein Ranbekk Festtale/Kåseri: Arne Øystein Ranbekk Musikk innslag v/Dan Nilgard Bønn og refleksjon v/Aud Bodil Brekka
<b>ONSDAG 4. OKTOBER</b>	06.00-08.45	Frokost
	07.30 08.45 09.00 10.00 12.00 12.30 14.00 15.00 15.15	Bønn for de morgenfriske Andaktstund: Majorene Rolf og Else Karin Stackbom Landsmøteforhandlinger Tur - Busstur rundt Sandefjord 12 Bønn v/Anne Marie Rønningen Lunsj Landsmøteforhandlinger og valg Pause Workshop: Eli Kjøsberg - Gruppe arbeid
	18.00 19.00	Middag <b>Landsmøtefest</b> Velkomst v/Landsleder, Margaret Østenstad Sang: Inger og Erik Schultz Festtale: "Jesus kan" v/Lise Karlsen, Evangeliet senter Sang: Fiolingruppe Fellesang: "Vi stemmer til en frydesang" Pianomusikk v/Anne Marie Rønningen Avskjedstale v/Landsleder Kake og kaffe
<b>TORSdag 5. OKTOBER</b>	06.00-08.45	Frokost
	07.30 09.00 09.45 10.15 10.30 12.00 13.00	Bønn for de morgenfriske Presentasjon Hilsener og takk Pause Andakt og Nattverd v/Major Rolf Stackbom 12 Bønn og Innsettelse av Landsstyret v/tidl. Landsleder Lunsj og avreise. Bønn



## Verdens tobakksfrie dag



### Kjære Hvite Bånd-søstre Hilsen fra India

Vi markerte flere steder  
verdens tobakksfrie dag 31. mai

1. Undervisningsopplegg for søndags-skolebarn
2. Barna avla løfte
3. Informasjonsprogram og gratis munn- og tannundersøkelse
4. Undervisningsopplegg for voksne menn og kvinner
5. Teaterforestilling med barne- og ungdomsgruppe i "Si Nei Til Tobakk"
6. Foredrag/undervisning med PPT (Hva er PPT?)
7. Budskap fra Bibelen om hvordan være ren
8. Hvordan slutte med tobakk med tannlege Dr Anudita Chatterji

Med kjærlighet og bønn  
Dr Vandna Charan  
WCTU India

Vi har nettopp markert Verdens Tobakksfrie Dag.  
Tobakk ødelegger mange liv, og det er vårt privilegium  
og ansvar å lære barn og ungdom om disse farene.  
Snakk høyt om disse problemene.

Verdensoffiserene møttes i Sør-Korea tidlig i mai. Vi takker for deres bønner. Det var et svært vellykket møte og i trygge omgivelser. På vår gruppe var Margaret, vår verdensleder fra Norge, Anne fra Australia, Lois fra USA, Firenze fra Canada, Young Joo Kim fra Korea, Irja fra Finland, Dora fra Guatemala, og meg selv som kommer fra overalt.

Vi er en mangfoldig gruppe som representerer verden.

Korea WCTU tok godt i mot oss, og vi møtte mange omsorgsfulle mennesker som

støtter og promoterer WCTU i hele Sør-Korea. Vi er takknemlige for deres godhet.

På hvert sted jeg besøkte, møtte jeg folk som allerede visste om WCTU og var ivrige etter å bli en del av organisasjonen. I alle nasjoner er budskapet om avholdenhet presserende. Etter at jeg besøkte Korea var jeg så heldig at jeg fikk reise til New Zealand hvor jeg deltok på en spesiell åpning av en utstilling på Nasjonalbiblioteket i Wellington, hovedstaden. Der ble tre dokumenter plassert i trygge oppbevaring i en ny og spesialtilpasset depotbank. Et av dokumentene var



## Rapport fra Joy Butler

kvinnenes Suffragette-petisjon fra 1893. Dette dokumentet ble signert av mer enn 32.000 kvinner på den tiden og resulterte i kvinners stemmerett - det første landet i verden som vedtok dette. Kate Sheppard, stiftelsesmedlem i WCTU og avdelingsleder, var den mest fremtredende personen i stemmeretts-bevegelsen. Jeg vil etter hvert presentere en mer omfattende beskrivelse av hennes bemerkelsesverdige prestasjon.

Jeg var stolt over å være med andre New Zealand WCTU-medlemmene på dette arrangementet. (Se bildet ovenfor.) Mens jeg var i New Zealand, møtte jeg Vanessa, nettansvarlig for WWCTU-ungdommenes nettside. Hun er glad for å kunne fortsette å jobbe med å få siden til å fungere. [www.drug-freeyouth.com](http://www.drug-freeyouth.com). I den siste utgaven av White Ribbon Bulletin, sier pastor

og meddirektør i World Christian Outreach, June Ballard:  
- "I WCTU-historien har signeringen av løftet vært svært viktig. Det har hjulpet mange til bedre helse og liv. I tillegg til å avgi løfte til oss selv om totalt avholdenhet, har vi vært nøye med å informere befolkningen om farene ved, ikke bare Alkohol, men alle narkotiske stoffer. Det ser ut til at vår jobb aldri blir ferdig. Dette er en oppgave fra Herren. Det er ofte demotiverende, men i møte med motgang sier Paulus i 2. Korinterbrev 4: 1 **"Vi mister ikke hjerte."**  
"Husk - Edruskapsløfte-skjema er tilgjengelige på nett eller spør meg direkte, så sender jeg deg en e-post. Bare skriv ut dem på kartong eller papir, klipp og ha en bunke klar.

Bruk ressursene WCTU tilbyr, så vel som andre gode kilder, som for eksempel statlige resurser der du

bor, eller kirke- og helseavdelinger har å tilby. Bønnepekere!!  
- Alle ungdommene som har signert løftet - Valgtid i Kenya og Papua Ny Guinea- 12-bønner for WCTU!  
**DATOER Å HUSKE I 2017,**  
Hver dag kl. 12.00  
- **og husk å be for WCTU 26. juni!**  
Det er den internasjonale dagen mot narkotikamisbruk.  
- **9. september er Internasjonal FASD-dag.**  
- **28. september er WCTU Verdensdag i bønn.**  
- **2. oktober, alkoholfri dag.**

Måtte Gud være med deg når du går videre i tro, tro på hans løfter og mist ikke hjertet. WCTUs arbeid er forordnet, og vi må aldri gi opp. Å kjenne til WCTUs historie er å være inspirert og ha håp for fremtiden. Våre ledere er der for å oppmuntre oss alle. De er fine dedikerte kvinner av Gud.



## Krets og foreninger

# Rogaland Krets

BLIDE DELTAKERE

Aud Karin  
Førland

Elfrid Serina  
Folkevord, medlem  
siden 1954

Solfrid Storland og  
Solveig Tomine Bø

Treffet begynte kl 12.00, 1. april, og ca 20 søstre møtte. Det vart servert herleg lapskaus og salat. Etter ein kaffikopp samlast me i møtesalen til årsmøtet. Oddny Liv Skårland ønskte oss velkommen og vi sang "O, Jesus åpne du mitt øye". Ho opna med Salme 37.5 "Legg din vei i Herren hånd, stol på han, så griper han inn" og bad ei bønn. Så fortalde ho litt om arbeidet i krinsen.

Ho helsa spesielt frå Brynjar Wetland i Egersund Hvite Bånd der dei hadde hatt ope hus med overnattings gjester. Etter at Bjørg Østevik og Lillian Svendsen frå Haugesund DHB hadde gleda oss med to fine songar, vart regnskapen for kretsen gjennomgått og godkjent.

Representanten frå landsstyret var landsleiar Margaret Østenstad. Ho orienterte om viktig arbeid med prosjekt på landsplan og om nye måtar å drive avhaldsarbeid på. Me vart inspirert av å høyre om arbeid gjort av medsøstrene våre rundt i verda. Me er ein kristen organisasjon, og det er viktig når me har slike samvær at vi støtter og inspirerer kvarandre. Det er ei svært god hjelp når me reiser kvar til sitt for å stå på i tenesta og kallet me har fått til å vera trufast i arbeid for "Gud, Heim og Alle Folk." Ho minna oss om landsmøte i Sandefjord 2.-5.okt. og oppfordra oss til å reisa dit.

Kasserar i landsstyret og nestleiar i Riisbystyret, Aud Karin Førland, fortalde frå Riisby. Det var mykje glede,

men også mykje naud. Ho oppfordra til bøn. Etter oppfordring song Aud Karin inderleg "Gud er trofast". Felles-song "Fader, du gjør det igjen." Under minnestunda for kjære medlemmer som har gått bort, las Oddny Liv 2. Tim. 4:7-8.

Attval av styret: Oddny Liv Skårland, Anne Marie Byberg Espedal, Ragnhild E. Håland og Solfrid Storland (vara).

I pausen spela Aud Karin fine songar på piano, og Bjørg Østevik gleda oss med muntre tonar frå munnspelet.

Kl. 16.00 byrja festen og det kom nokre fleire til. Solfrid Storland var beden om å leia festen. Først yngste ho alle hjarteleg velkommen, ein spesiell velkommen til ruskonsulent Svein Tungland og Hvitveisene. Så las ho eit dikt om Gjenkjennelse av Huub Oosterhus, ein nederlandsk historikar. Det er ei bønn til Gud om at Han må lære oss å kjenna Herren att spesielt i dei svake og forkomne vi møter.

Hvitveisene song nokre fine songar som greip oss i hjarta. Så fekk Svein

Tungland ordet. Han er utdanna vernepleiar og sidan lærar ved same høgskulen. Sjøl om han var oppvak-sen i ein kristen familie, kom han bort frå Gud og vart rusmiddelavhengig.

Det er så gildt å koma i ei slik lydhør forsamling, eg blir så velsigna, sa han. Foreldra, spesielt mor hadde stor naud for han. Underet skjedde. I dag hjelper han rusavhengige i Klepp kommune.

Etterpå kom servering av kaffi og kaker, så utlodning og meir nydeleg song av Hvitveisene.

Landsleiar ga gode ord til Solfrid som leia festen i rullestol. Til slutt sa ho at vi ikkje måtte gløyma landsmøtet i Sandefjord. Solfrid Storland takka og ga blomar.

**Vi bad saman Fader vår og Guds siging.**

Ref: Ragnhild E. Håland og Solfrid Storland

## Fedje Hvite Bånd

Vi gratulerer!

## Takksam 100 åring!

Klara Ophaug, Fedje fyller 100 år! Klara var fødd på Fedje 18. juni 1917, og var eldst i ein søskenflokk på sju. Av desse lever framleis fem. Klara måtte tidleg ta ansvar saman med mora når faren var på fiske. Søsken skulle passast og eit lite småbruk skulle skjøttast. I unge år vart ho ein kristen, og dette har fått prega livet hennar både i heim og samfunn. Det var difor naturleg for henne å melda seg inn i Det Hvite Bånd då det vart skipa foreining på Fedje i 1970. Dette var ei sak ho brann for, og ho var eit ivrig medlem så lenge foreininga besto. Men etter 30 år hadde mange medlemmer gått bort og i mangel av nye krefter vart foreininga lagt ned.

Klara budde heime til ho var langt over nitti, men dei siste åra har ho budd på Fedje aldersheim. Her er ho i høgaste grad framleis aktiv. Ho følgjer godt med i samfunnsdebatten, både i aviser og på skjermen. Ei engasjert, gammal dame som

er med og skaper eit godt miljø på heimen! Ho ser at Gud har oppgåver for henne endå, og er åpen for dette. Då ho fylde 99 år, skreiv ho til dømes ein song som dei syng på heimen.

### HER ER TRE AV VERSA SOM VISER KORLEIS TAKKSEMDA PREGAR KLARA:

«Kom ut til Fedje øy ein liten tur, så skal du sjå kor trygt og godt eg bur. Ein liten sjukeheim, me trives godt, og pleierne dei ordnar alt så godt.

Min lette båt ein solblank kveld eg ror, i tankeverden heim til far og mor. Då minnest eg mitt barndoms paradys, og auga doggast som i varmedis.

På Fedje sjukeheim me har det godt. Det er den heimen som me no har fått. Eit eige rom som eg kan kalla mitt, og pleierne som passar yrket sitt!»

Klara følger godt med i det som skjer i Det Hvite Bånd. Bladet vert lest frå perm til perm, og som ho seier: "Det Hvite Bånd er hjarte barnet mitt!"

Våre varme ynskje for feiringa av den store dagen, og Guds rike signing over livsgleden vidare!

Jorunn Børtnes Husa  
(Tidl.leiar Fedje Hvite Bånd)

## Stavanger Hvite Bånd

Her er 4 aktive og trofaste Hvite Bånd-damer fra Stavanger Hvite Bånd. Fra venstre Astrid Røysland, Aud Henny Mørch Bratteli, Turid Fikstvedt og gruppeleder Astrid Innvær Tvedt. De ga kr. 2000 til brønn. Mange takk!





Det Hvite Bånd har sitt landskontor i Torggata 1, Oslo. Dette er Actis - Rusfeltets samarbeidsorgan sin administrasjon, og DHB har kontorfellesskap med mange andre avholdsorganisasjoner. Hit henvender kretser, foreninger og enkeltpersoner seg for å få praktiske råd, og materiell tilsendt. Landskontoret fører regnskap for landskassen, gavefondet og Olafiafondet.

Medlemsregistrering og innkreving av kontingent skjer her. Landskontoret har telefontid mellom 10-14 hver dag. Landskontoret forbereder saker og iverksetter de saker landsstyret vedtar. Landskontoret utarbeider søknader om økonomisk støtte, og rapporterer for mottatt støtte til myndighetene. Landskontoret arbeider med opplegg av landsmøter, lederkonferanser og andre arrangementer. DHB er medlem av Hovedorganisasjon Virke.

## Hilsen fra Landskontor



Eli Kjønsgberg

### HEI ALLE SAMMEN

Da har det blitt august allerede og vi på landskontoret er i gang etter ferien. Det er mye som skjer i Det Hvite Bånd fra august og utover høsten med forberedelser til landsmøte i oktober og landsstyremøte i tillegg til de vanlige oppgavene.

Foreninger og kretser har virkelig vært flinke til å sende inn både årsmeldinger og 2 årsrapporter, og det er veldig bra! Det betyr blant annet momskompensasjon for kretser og foreninger, og administrativt blir det ryddig og. Det er viktig at vi på landskontoret har så god oversikt som mulig for å bistå dere så godt vi kan. Det er dessuten interessant å se alt det som skjer av aktiviteter rundt om i landet.

Det Hvite Bånd skal være representert på Arendalsuka i år. For den som ikke kjenner til det, er Arendalsuka en partipolitisk uavhengig, årlig arena hvor nasjonale aktører innen politikk, samfunns- og næringsliv møtes. Dette er en unik mulighet for Det Hvite Bånd til å treffe «mannen i gata», andre aktører innen rusfeltet og til å være med å påvirke de som tar avgjørelser. Da håper jeg at jeg treffer mange av dere på landsmøtet i Sandefjord i oktober! God sensommer til dere alle!

Vennlig hilsen Eli Kjønsgberg, kontorsekretær.



Eva Unsgaard Trobe

### HEI KJÆRE LESERE

«Hva har du i huset», ja slik spurte profeten Elias da han møtte den fattige enken. Han spurte ikke etter hva hun manglet. Vi har noe i vårt hus (hjerter), som vi kan dele med hverandre! Vi har Guds ord, som er 100% spiredyktig.

I dag ser vi tydelig hvordan alkoholen har makten i vårt folk. Her på Landskontoret kan vi se ned på mennesker på Stortorget som er påvirket av alkohol. Vi som avholdsfolk blir gjort narr av, men som jeg ofte har sagt i den forbindelse: «Jeg har valgt å stå på den svakes side»

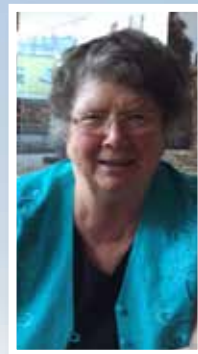
Nå holder vi på med forberedelser til landsmøtet. Sett av tid og kom fra den 2 til 5 oktober 2017.

Husk å betale kontingenten, ellers har du ikke stemmerett! Så ønsker jeg dere alle kjære søstre og brødre en god sommer!

Med søsterhilsen Eva Unsgaard Trobe  
Regn.sekr./medlemsreg.



**VERDENS  
HVITE BÅND  
(WWCTU)**  
har hatt NGO  
status  
ECOSOC i FN  
siden 1947



Aud Karin Førland  
Kasserer i  
landsstyret.

## Hjertelig takk

Det har vært et privilegium og glede for meg å være Kasserer i Landsstyret de siste 8 årene. Mye arbeid er blitt lagt ned slik at alt fungerer veldig bra. Det er i takknemlighet til medlemmer når jeg tenker på givergleden som har vært i alle år. Det var storstas når vi fikk i orden skattelette med Skatt Øst! Det er også viktig for foreningsleder å huske å sende inn regnskapet for året slik at de kan få momsrefusjon.

Jeg takker for samarbeidet og ønsker Guds rike velsignelse over Det Hvite Bånd i framtiden.

Håper å se dere på Landsmøtet i Sandefjord.

Hilsen Aud Karin



## Hjertelig takk for alle gavene!

<b>BRØNN: Balanse: 28.04.17</b>	<b>kr. 52 844</b>
<b>Torgunn Søyland Skoglund</b>	<b>300</b>
<b>Klepp Hvite Bånd</b>	<b>3 000</b>
<b>Balanse: 31.07.17</b>	<b>kr. 56 144</b>

### GAVER TIL DHB

<b>Klepp Hvite Bånd</b>	<b>3 000</b>
<b>Inger Marie Aasrum (200x3mnd)</b>	<b>600</b>

## Nye medlemmer

Elna Måge, 5620 Tørvikbygd  
Barn: Johanna Skoglund

## vervet av

(egen verving)  
Torgunn S Skoglund



## SÆTERVIKA BARNELEIR ER TOPP!



## Merkedager!

**09. SEPTEMBER**  
Niende dag i den niende måned klokken 09.00 er det FASD Dag!

**28. SEPTEMBER**  
VERDENS BØNNEDAG (FRANCES WILLARD'S BURSDAG)

**02. OKTOBER**  
VERDENS NEI TIL TOBAKK DAG





**Våg å si nei!**

**Velg rett!**

**Gode vaner, venner og valg!**



**SI NEI TIL RUS**  
www.hviteband.no

**BLI MEDLEM I DHB's JUNIORKLUBB**

## RUSFRIE BARN OG UNGDOM

Navn: ..... Fødselsdato: .....

Adresse: .....

E-mail: .....

Ververs navn: ..... Ververs adresse: .....

Vervepremie til den som verver. Velkomspakke, Medlemsblad og Medlemsbevis til den som blir vervet.  
Medlemskapet er gratis. Alder 6-18 år

Jeg lover, med Guds hjelp, ikke å bruke alkohol, tobakk, eller annen rusgift.

Navn/Signatur: ..... Dato: ..... / ..... / .....

Foresattes underskrift: .....

"Hverdagshelt" T-skjorte (kryss av farge og størrelse) sort ☐ hvit ☐

Størrelse: 3/5 ☐ 6/8 ☐ 9/11 ☐ 12/14 ☐

Send til: DHB Landskontoret, Torggt. 1, 0181 OSLO



**Det Hvite Bånd** en rusfri verden  
«for Gud, heim og alle folk»

### Avholdsløftet:

Med Guds hjelp lover jeg: Ikke selv å bruke, gi, kjøpe eller selge til andre alkohol eller annen slag rusgift, bære Det Hvite Båndets merke, prøve å få andre med i avholdsarbeidet.

### Medlemskapet

Navn: .....

Adresse: .....

Fødselsdato: .....

### Medlemsverver

Navn: .....

Adresse: .....

### HVORDAN KOMME TIL SANDEFJORD:

#### FLY:

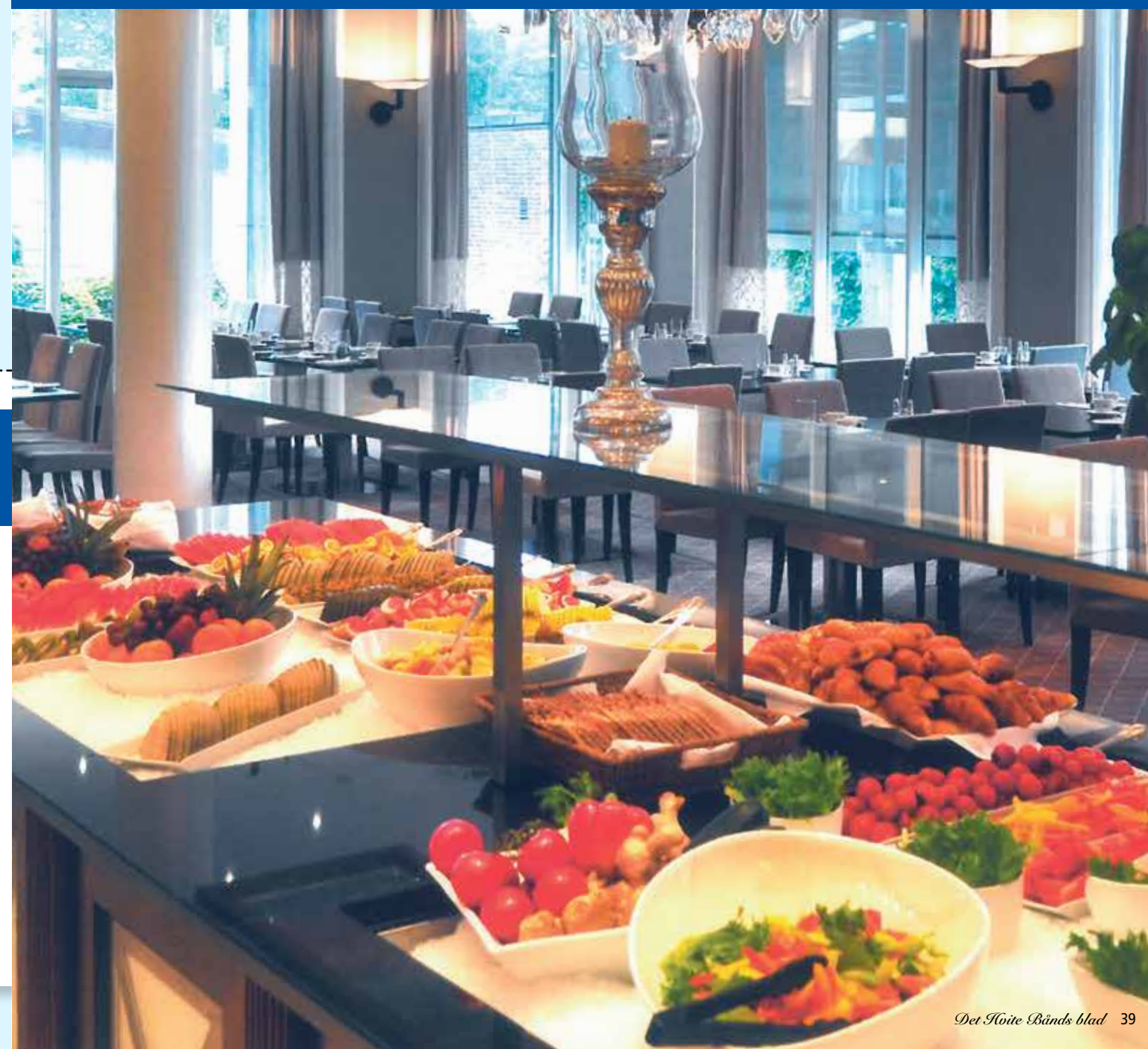
Fly til Gardemoen, Direkt tog til Sandefjord. Det går hver time. (ikke flytoget)  
Fly til Torp, Shuttelbuss til Råstad stasjon, tog videre til Sandefjord

#### BUSS:

Bussforbindelse: Sørlands ekspresen. Telemark ekspresen. Nettbuss  
Jeg tror at disse bussene går til Fokserød v/Sandefjord.

#### FOR YTTERLIGERE INFORMASJON KONTAKT LEDER FOR LOKALKOMITEEN:

Anne Marie Rønningen tlf. 908 34 681





## "GI ALDRI NOEN OPP"

Festtale på Landsmøte  
04. oktober "Jesus kan"



*Lise Karlsen medgir at jobben med rusavhengige gir skuffelser. Men Jesus ville ikke gitt opp mennesker, så det gjør ikke hun heller.*