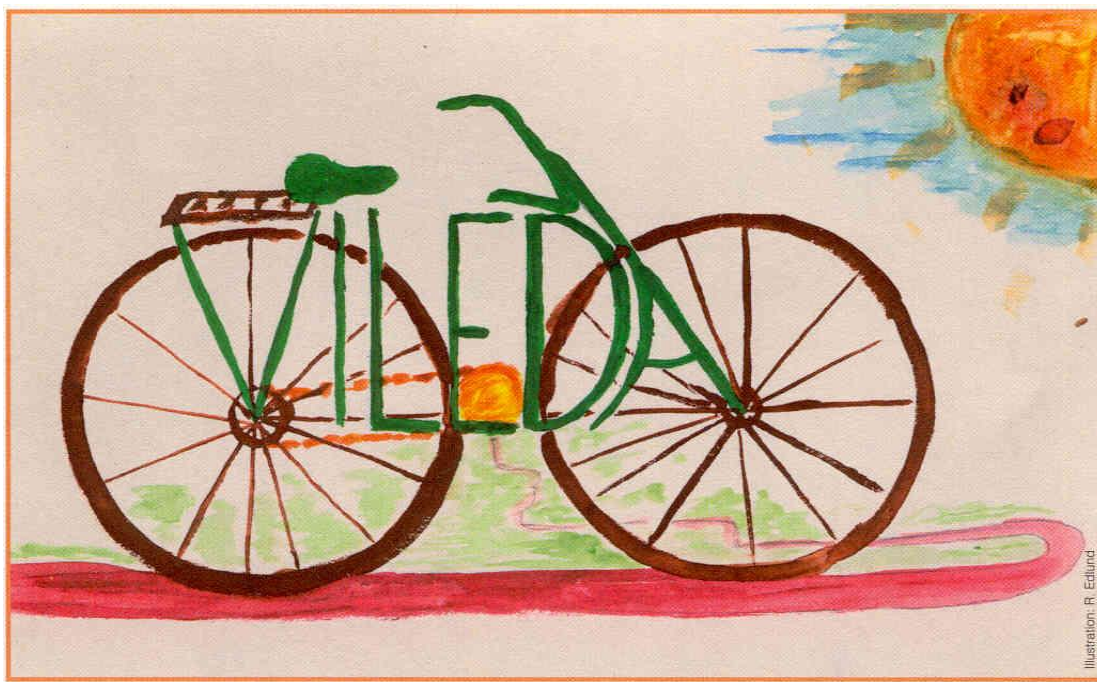


# VILEDANYTT

nr 4, december 2008



*GOD JUL*

*GOTT NYTT ÅR 2009*

*ÖNSKAR VILEDANYTT*

## Innehåll

Sid 2 Kalles julkåseri  
Sid 3 Ledare, Mats D  
Sid 4 IOGT:s vitjul  
Sid 5 Aktuellt, Inger P  
Sid 6 Studiebesök, träff  
Sid 7 Piller mot livsproblem  
Sid 8 Notiser i december

Sid 9 Börje Dahl föreläsning  
Sid 10 Vårdkedja?  
Sid 11 Sem. Utsatta barn  
Sid 12 Munin, Simon  
Sid 13 Anhörigcentrum, Bilda  
Sid 14 Kampanj i Venezuela  
Sid 15 Skellefteå modellen  
Sid 16 Föreningen fruktdrycker

## **Till medlemmarna i Nätverket Vileda: Skicka in mer material till tidningen!**

Vi tar också in annonser till följande priser: Helsida 600 kr, halvsida 300 kr, kvartssida 150 kr.

(Medlemmarna i Nätverket Vileda betalar bara halva priset).

Nya medlemmar och nystartade företag inom Nätverket Vileda erbjuds en ¼ - sida gratis vid första annonseringstillfället.

## **Kalles julkåseri.**

Eftersom kåsören inte är helt på alerten utan drabbad av både virus och basilusker, så blir kåseriet vad det blir.

Det finns många faror med julen:

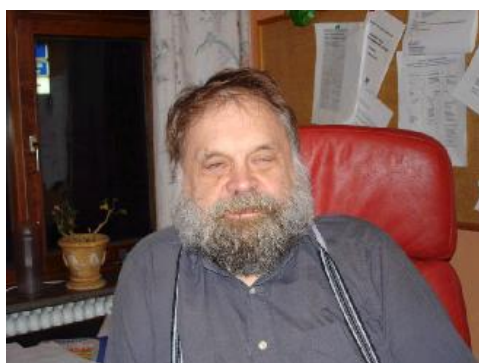
1. Är att inte snubbla över granen. Det finns sladdar där som trasslar in sig
2. Att inte äta ihjäl sig. Förr var det ont om mat tidvis och julen skulle vara något extra. Nu äter folk för mycket här i landet varje dag. Och givetvis en frosseritopp vid julen.
3. Nästa risk är att inte vara nöjd med julklappen. Har väntat sig något mer och det ger ju sura uppstötningar länge. (Förutom allt för fet mat).

Julen kulminerar efter julafton när man med alla krafter lyckats få ut tomten. Traditionen förr var att tomten skulle, så att säga, stöttas upp till nästa gård. Vid sista gården var väl problemet mera att hålla tomten på rätt köl. Påminner om dopp i grytan där man ska doppa på rätt sätt. Inte att själv vara alltför ”dopad doppad”.

Vi jobbar för en nykter jul där bla. granen och du skall ha rätt personkemi. Och i julgransfoten ska inte finnas annat än vatten. Brukar vara bråkigt också när hela släkten samlas, så här är en sista varning:

Granen ska inte användas som tillhygge. Det blir för mycket barr och annat elände i håret. Och se upp så tomtens skägg inte fastnar !

## *Kalle P*



**En mindre välmående kåsör**



**i Kvissleby**

**ViledaNytt**, Nätverkets Viledas medlemstidning, Nr 4 2008. Adress: c/o Föreningen Enhörningen, Ö:a Långgatan 37 C, 852 36 SUNDSVALL, Tel 060-124003. E-post: [karlpaulsson@swipnet.se](mailto:karlpaulsson@swipnet.se). Redaktörer Runa Forsman, Oscar Gomez Denis, Inger Paulsson. Ansvarig utgivare Mats Danielsson. Omslagsbild: Ronny Edlunds cykel. ViledaNytt utkommer med 2 – 4 nr per år. [www.natverketvileda.se](http://www.natverketvileda.se)

## Reflektioner



Mats Danielsson

**Faddergalan för världens flickor samlade in 85 miljoner kronor i planprojektet. Fantastiskt vilket gensvar från människorna i Sverige!**

**175 miljoner barn** drabbas av världs naturkatastrofer varje år. Det är så ofantliga mängder som vi inte förstår eller reagerar över. Men det är inte bara en världsfråga. Många funderar över hur vi har det i Sverige och då med det tragiska sociala liv som många barn oförskyllt hamnar i. I samband med luciafirandet i TV visades att i Malmö finns 208 bostadslösa barn. Andra undersökningar visar att mer än 300 000 barn i Sverige har föräldrar som använder droger på ett felaktigt sätt. Dessa 208 eller 300 000 barn är vår framtid, men vilken uppväxt och bild ger vi dem. Kanske är det dags att rikta ljuset på våra egna barn?

**Lucia som just firats** på många platser är en fest för ungdomar. Tyvärr är det ofta vuxna som förser ungdomarna med alkoholen till festen. Ett försök att vara en schysst vuxen som snarare är en björntjänst.

I MHF:s projekt "**Stoppa langningen**" har det på många håll i landet informerats om detta inför luciahelgen. Utanför Systembolag och på andra strategiska platser delade MHF:s funktionärer ut flygblad med information till vuxna och ber dem ta sitt ansvar och inte köpa ut till minderåriga.

Enligt lag är det förbjudet att köpa ut alkohol till ungdomar under 20 år och straffet är böter eller fängelse i upp till två år. För unga människor är all alkoholkonsumtion ett riskbeteende. Om de dricker alkohol ökar riskerna för att de råkar ut för problem. Det kan vara allt från ett par trasiga jeans eller en missad buss hem till värre situationer som alkoholförgiftning, rattfylleri eller att bli sexuellt utnyttjad.

**Nyligen presenterades en rapport från Polishögskolan** kring polisens trafiknykterhetstester. Den visade att polisen satsade på att få en volym på utandningsproven, men undvek platser och tider då de kunde "få många napp", för då måste de avbryta och åka in till station för administrativa sysslor. Jag trodde inte att det var sant då jag hörde rapporten på radio. Jag har utgått från att polisen gör sina kontroller dygnet runt, året om. Detta med anledning av att vi övergått från att supa till på lördagskväll, till att ha ett kontinentalt dryckesmönster under i princip veckans alla dagar. Förtroendet för polisens trafiknykterhetsarbete åkte ned några pinnhål.

Det är sanslöst att det finns sådana polischefer som citeras i rapporten. De handlar enligt min uppfattning i strid med "Nollvisionsöverenskommelsen" och även i strid med sin egen övergripande ledning inom Rikspolisstyrelsen.

I alla år har MHF opinionsbildat för att polisen ska utföra tillräckligt många rattfyllerikontroller för att verka preventivt men även fånga in problematikerna. Jag vet att många poliser utför denna gärning med hjärtat på rätt ställe därför att de har en egen övertygelse om vad som är rätt eller fel i trafiken. Eftersom jag vill tänka positivt kanske en annan slutsats också kan dras, nämligen att om fler poliskontroller är synliga längs våra vägar vägar allt färre köra onyktra. Hur som helst har uppenbarligen den högsta polisledningen ett motivationsproblem på mellannivåerna att ta itu med. Min rekommendation är att uppmana de "sanslösa" cheferna att byta jobb. Chefen är alltid normbildare och trendsetter, chefer av ovannämnda slag är en katastrof för 2020 års utfall av Nollvisionsdrömmen.

/Mats Danielsson/



IOGT-NTÖ har två projekt på gång nu: Vit Jul och Vit februari.

## Vit jul

**Julen är barnens högtid, och en tid att vara tillsammans. Barn vill ha närvarande vuxna, vuxna som inte är påverkade av alkohol. För även om många väljer att vara sparsamma med alkoholen när de är i sällskap med barn finns det nog inte något barn som känner sig riktigt bekväm med att vuxna är påverkade av alkohol.**

**Barn tycker att det känns obehagligt också med måttlighetsdrickande vuxna som blir påverkade av alkohol, även om det är sällan, och även om man inte blir jättefull.**

Barn tycker att vuxna luktar konstigt och inte är som de brukar när de har druckit alkohol. De som ska ge trygghet i tillvaron och som man alltid

kan lita på blir skrämmande och oförutsägbara genom ett annat tonläge och yvigare gester. Det behöver inte handla om aggressivitet och våld.

När vuxna blir övervänliga och sentimentala är det också jobbigt.

Och vi fungerar inte lika bra under påverkan av alkohol. Man blir fumlig och får sämre lyhörddhet för mer finstämda signaler. Man blir mer självupptagen och kanske skämtar med barnen på ett sätt som de inte förstår.

Värst är det naturligtvis för de cirka 385 000 barn som växer upp med föräldrar med riskfyllt drickande. Alkoholkonsumtionen befinner sig på en hög nivå i samhället, och det slår hårt mot barnen. Så skippa alkoholen om du ska fira jul med barn och ungdomar. För barnens, men också för din egen skull. Ta vara på tiden. Men även du som inte firar jul tillsammans med barn kan skriva under av solidaritet med barn som växer upp i hem med missbruk.

**Alla barn har rätt till en vit jul!**

## Vit Februari

**Vit februari bygger på att få invånare i en kommun att skriva under att inte förtära alkohol under februari månad. Att så många som möjligt gör februari till en alkoholfri månad.**

Denna del av kampanjen vänder sig till personer över 18 år. Orsaken är att om man är under 18 år skall man inte dricka alkohol. Nu vet vi att en stor majoritet dricker långt innan man fyllt 18 men man sänder ut fel signaler om man generellt uppmanar minderåriga att ta en alkoholfri månad. Däremot så kommer ett minskat drickande bland den vuxna befolkningen också medföra en minskad konsumtion även bland ungdomar. Det behövs att vuxenvärlden går före och är positiva förebilder. Smidigast visar man sitt ställningstagande genom att avge sitt februarilöfte direkt på vit-februaris hemsida.

När blir det dags att vi samlar in ekonomiska medel till våra egna barn och kommer människorna att bry sig?

**Med hopp om En Vit Jul och Ett Vitt Nyår.**

/Mats D

# Aktuellt från Resurs centrum



*Inger Paulsson*

För första gången ser det ut som vi ska lyckas åstadkomma fyra nr av Viledanytt 2008 som har varit ambitionsnivån länge. I tidigare nr i år har många av våra medlemsorganisationer medverkat.

På Nätverket Viledas höstmöte fick vi träffa kommunens folkhälsoplanerare. Hon verkade intresserad av oss och villig att samarbeta.

Vi bestämde också att vi ska fortsätta vara med i BellaNets Referens-grupp, dvs KSANs nätverk för oss som jobbar med värderingsövningar och Forumspel. **Erica Larsson** har utsetts till kontaktperson. Det är en utbildning på gång i Sundsvall den 19 mars ***och du som vill gå den kan höra av dig till Enhörningen 12 40 03.***

DUNK rullar på men det är fortfarande oklart om vi ska fortsätta att driva det eller om kommunen vill ta över. Den 21 januari ska utvärderingen presenteras för Socialnämnden och andra speciellt inbjudna. Förutom DUNK-ledningen, dvs jag, Sture Wallentin och Kjell-Arne Sköldh medverkar Maria och förhoppningsvis en DUNK-ungdom och en förälder. Tyvärr slutar Kjell-Arne sitt jobb som IFO-chef i februari.

Vi hade en landshövding som hette Gerhard Larsson och det var väl inget större fel på honom. Nu har han fått ett nytt uppdrag som Regeringens särskilda utredare av missbruksvården. Han är öppen för heroinutdelning även i Sverige och ska följa det Danska försöket. Även i Norge finns förespråkare för heroin till missbrukare. Anledningen är att så många sitter fast i missbruket. Låter som en paradox att man blir fri från drogmissbruk genom att få en drog!

**Jag önskar alla barn en alkoholfri jul och**

**God jul och Gott nytt år till er alla.**

*Inger*

## Brev till Viledanytts redaktion:

Hej!

I Viledanytt 3-08 så har ni återgivit ett pressmeddelande från Kommittén för mänskliga rättigheter (KMR) där de beskriver en ny organisation med det krångliga namnet Nordiska förbundet för Kemiskt Drogfri Behandling (NFKDB) alt. Behandling utan droger (BUD).

KMR är, som det också står i pressmeddelandet, en rörelse grundad av Scientologi-kyrkan. Det är en rörelse som ingen bör befatta sig med. Hur kommer det sig att ni återger deras material i er tidning? Är det en betald annons?

Hälsningar

/Peter Olausson, faktoider.nu

## Öppet svar till Peter Olausson, faktoider.nu

Nätverket Vileda har inget med KMR att göra men däremot är BUD intressant för oss eftersom vi är kritiska till att substitutionsbehandling, dvs behandling med metadon och subutex har ökat explosionsartat i Sverige. Drogfri behandling för heroinister erbjuds sällan numera.

Vid World Forum Against Drugs konferens i Stockholm träffade jag Torbjörn Fjellström som tidigare drev det framgångsrika behandlings-hemmet Korpberget. Han berättade om BUD och att de demonstrerat för drogfri behandling. Eftersom jag ansåg det angeläget att sprida denna nyhet i Viledanytt sökte jag på nätet efter mer information. Hittade ingen annan källa än KMR som berättat om demonstrationen.

Massmedia hade tydligen inte uppmärksammat demonstrationen vilket inte förvånar mig eftersom de oftast skriver positivt om ersättningsdroger och andra harm-reduction åtgärder. Eftersom artikeln stämde med den kortfattade information jag fått av Torbjörn publicerade vi den i sin helhet pga tidsbrist. Det hade naturligtvis varit bättre att skriva en egen artikel men tidningen skulle tryckas. Numera har vi tillgång till BUDs hemsida och kommer att följa verksamheten via en osuspekt källa: <http://www.nfkdb.com/>

Det gläder oss att Viledanytt har läsare även utanför nätverket.

Vänliga hälsningar

Inger Paulsson

Redaktionen

## Studiebesök på ANHÖRINGSCENTER

Carina och Gun var på studiebesök på Anhörigcenter och träffade Harriet Johansson.

Anhörigcenter kan nu erbjuda en lång rad tjänster så som:

- ◆ Hemtjänst
- ◆ Social gemenskap
- ◆ Bryta isolering och ensamhet
- ◆ Möjlighet till avlösning för egen tid; dvs om man vårdar någon anhörig i hemmet och behöver få några timmar för sig själv, så kan en undersköterska komma hem och ta över. Avlösningen är gratis.
- ◆ Självhjälpsgrupper; så som Balans, som riktar sig till den som upplevt depressioner och manier osv – och till närstående.

Studiebesöket var mycket informativt och givande. Vill ni ha mer information om vad Anhörigcenter kan erbjuda, kontakta Anhörigcenter på telefon: 060- 17 74 75

### Viledas Arbetsutskott träff den 18 november på ENHÖRNINGEN

I denna kalla förvinter, med minus fem grader, var vi samlade för att ta itu med de olika frågorna som långsam dyker upp i vårt sinne. En mastodontisk dagordning var på tapeten. Vi spikade därför att vara färdiga klockan 13, vi började ju redan kl10:00!

Ordföranden Anita ledde mötet galant med sin vanliga grandiosa stil. Efter inledande formalia behandlades ekonomi, som vår mästerekonom Kalle redovisade med matematisk precision. Därefter var det dags för mig att presentera ett förslag på hur den nya hemsidan kunde se ut. Förslaget delades ut till var och en av de 8 närvarande representanterna för Nätverket Vileda, KRIS, FMN, ENHÖRNINGEN, NEJ TILL EU och SIMON.

I det här ögonblicket hade vi kommit till punkt 7 i dagordningen. Så i punkt 8 var det dags för att behandla de besök som Maria redan gjort på skolorna i kommunen.

I samband med punkt 8 bildades en grupp som skall besöka de skolor som DUNK-Maria kommer i kontakt med. Anita kommer att vara sammankallande för den här gruppen, som består av Maria, Kicki, Annette och Anita.

Sedan gjordes en break för att njuta några smörgåsar som Anita hade förberett. Efter avsmakning tog Maria ordet och berättade om DUNK. Hon tog också hand om punkt 9 som handlade om Örebro-besöket.

När punkt 10 var framme kom vi överens om nästa träff som skall bli den 13 januari 2009, kl 10:00.

Vid pennan Oscar Gomez-Denis

## LJUSMANIFESTATION I FMN:s regi.

Ljusmanifestationen den 1 November i Sundsvall blev en vacker och minnesvärd tillställning. Årets Ljusmanifestation arrangerades av Föräldraföreningen mot narkotika i samarbete med nätverket [Vileda](#). Cirka 100 personer samlades på Stora Torget för att tända ljus och för att hedra de familjer som mist en nära och kär till följd av alkohol och droger. Värmen från Viktoria Rödings sångframträdande följde många av besökarna hela vägen hem och hennes styrka i rösten lämnade ingen oberörd. Anna Olson läste en dikt skriven av Lena Ringström där rädsla, sorg och ovetskap speglar de många anhörigas vardag. En mycket minnesvärd och ljus tillställning som gav tid till att både tänka på dem som avlidit till följd av missbruk i Sundsvall under 2008 och deras anhöriga. Raija Wernkvist, FMN-Sundsvall

# Piller mot Livsproblem

Den 28 okt inbjöd Hälsofrämjandet, FMN

(Föräldraföreningen mot narkotika), Nätverket

Vileda och NBV

**Sonja Wallbom,**

Förbundsordförande i

RFHL som föreläsare på KFUM-lokalen i Sundsvall.



**Sonja Ståhle**, veteran i Hälsofrämjandet inledde med att ge en fyllig bild av historia och verksamhet samt inbjöd till traditionellt vegetariskt julbord.



*Sonja Ståhle berättar om Hälsofrämjandet*

Drygt 20 personer förutom arrangörerna deltog i eftermiddagsföreläsningen som främst vände sig till vårdpersonal av olika kategorier.

**Sonja Wallbom** har varit engagerad i psykofarmakafrågor sedan mitten av 70-talet när människor började höra av sig till RFHL för att få hjälp med sitt läkemedelsberoende.

Benzodiazipiner, t ex Valium och Librium ansågs då inte vara beroendeframkallande. Trots att de negativa effekterna nu är kända, skrivs preparaten fortfarande ut i stor omfattning. Benzoanaloger är nyare preparat som inte heller skulle ge beroende eller andra biverkningar men är värre enligt

Sonjas erfarenheter. Sedan har SSRI-preparaten tillkommit, s k lyckopiller.

## Dolt folkhälsoproblem

Fyra miljoner recept på psykofarmaka skrivs årligen ut i Sverige, 70 % av dem till kvinnor. Över en miljon svenskar tar varje dag någon form av sinnesförändrande drog. Pillren skrivs ut för mycket som inte hör hemma inom psykiatri. Förskrivningen är ojämnt fördelad i landet och har samband med läkartäthet, kultur och tradition.

Psykofarmaka är väl anpassat till kvinnorollen – man blir lugn, försiktig och tyst. Det är skamfyllt att ta hjälp av läkemedel vilket gör att man inte pratar med varandra om sina erfarenheter. Enligt FASS fungerar en medicin 2–3 mån och sedan får man abstinensbesvär. De uppfattas inte som biverkningar av läkaren utan som nya psyk-symtom som ger nya diagnoser och nya recept. – ”Det är som om hela livet skulle medicineras”, säger Sonja Wallbom.

## Äldre

Överförskrivningen av läkemedel till äldre har resulterat i flera larmrapporter från Socialstyrelsen. Sonja berättade att 90 % av läkemedlen skrivs ut till personer över 75 år. I eget boende används 3–4 läkemedel, på äldre-boenden 7-9. 40 % har fler än 10 preparat. SSRI-preparat kräver en väl fungerande njurfunktion och är olämpliga även av den anledningen för många äldre personer.

## Ungdomar

Även bland ungdomar ökar användningen av SSRI-preparat – en ökning med 73 % sedan år 2000. Sonja Wallbom tror inte att vi mår sämre nu men tidigare har vi löst livsproblem på andra sätt. Olika förklaringsmodeller till psykiskt illamående har funnits under olika perioder. Nu är det obalans i hjärnan som gäller.

Sonja Wallbom är mycket oroad över utvecklingen av förskrivningen av sinnesförändrande droger, inklusive smärtstillande preparat. Hon anser att det finns all anledning att ta upp kampen mot medicinerna.



*Sonja Wallbom föreläser*

*Rapportör Inger Paulsson*

## Notiser i december 2008

### **Dopningsbrott ska straffas hårdare**

F.d. justitieombudsmannen Jan Pennlöv har fått i uppdrag att se över narkotikalagstiftningen och viss annan närliggande lagstiftning. I utredningens direktiv anger regeringen att regelverket idag är splittrat och svåröverskådligt och att det dessutom finns anledning att överväga om de materiella reglerna är tillfyllest.

Efter mycket jobbande kom nu i december utredningens betänkande på 612 sidor.

Kemikalierna GBL och 1,4 butandiol ska narkotikaklassas. Straffen för dopningsbrott ska skärpas och nya preparat ska kunna beslagtogs och förstöras.

Hela förslaget kan läsas på

<http://www.regeringen.se/content/1/c6/11/75/23/bf6d732b.pdf>

### **HJÄLP!**

#### **Vi behöver vinterkläder och skor!**

SLINK IN har användning för kläder och skor som du ändå tänkt bli av med, när du rensar din garderob. Tänk på din nästa som kan frysa i julhelgen. Om du har möjlighet att avstå dessa ting så

RING till: **SLINK IN** 060- 19 84 98,  
Skeppargatan 7, Sundsvall, fråga efter Marika  
Ejleström mobil 070- 6170383

### **VILEDAs avstämningsmöte onsdagen den 11 mars kl 18:30**

Vi går igenom allt som gjorts och inte gjorts under 2008 och vad som komma skall. Alla är välkomna med sina erfarenheter och synpunkter.

Genom att granska vad man gjort bygger man upp sina erfarenheter. Låt oss hjälpas åt!

(Vi återkommer om platsen)

### **Förtäckt spioneri i Latinamerika?**

Onsdagen den 18 november besökte den Kanadensiska författaren och journalisten Jean Guy Allard Caracas för att närvara i en internationell konferens. Han sade till dagstidningen VEA att "DEA (den Nordamerikanska anti drog byrån) inte är annat än en spionbyrå utsänd av USA i länder som Venezuela och Bolivia". Denna byrå är ingen antidrog byrå utan ett spioncenter för de länder som den är placerad i.

Han menar att USA har totalt 300.000 spioner i hela världen med en avlönings budget på 30 miljarderdollar. Han tillade att "DEA, den byrå som egentligen skulle bekämpa knarkaffärer, arbetar från de länder som konsumerar mest droger, och där arresterar svarta och latinos, i stället för att kämpa mot knarkbossar i USA".

Läst i tidningen VEA, november -08, från  
Venezuela

Oscar Gomez-Denis

## **AFTON MED SIMON**

### **Simon har ett aftonmöte den fjärde februari 2009, kl 18:00**

Meningen är att en representant för SIMON riks skall besöka Sundsvall. Vid besöket ska SIMON:s avdelning i Sundsvall införlivas i riksorganisationen.

Mötet skall vara på Köpmansgatan 9, 1 tr upp i IOGT-NTO:s lokaler.

SIMON är en riksorganisation mot narkotika som inkluderar alla invandrare och svenskar som är mot narkotika. Senaste arrangemang som SIMON var med i var World Forum Against Drugs i Stockholm i oktober.

Känn Dig **V Ä L K O M M E N !**

# Rättigheter och skyldigheter

Även i år har Börje Dahl gjort Sundsvall den äran. Han har 25 års erfarenhet av att arbeta med drogfrågor. Skolfolk, arbetsledare och politiker hade bjudits in till en föreläsning i ENS´ regi.

Ingen människa vill bli narkoman eller alkoholist, men ändå är det så många som trillar dit. Hur kan det komma sig?

Sinnespåverkande substanser har ju som benämningen antyder, en tydlig effekt och den kan vara på både gott och ont.



*Börje Dahl*

Nästan alla människor råkar någon gång ut för problem. Särskilt ungdomar kan drabbas av existentiell ångest inför livet självt. Får de då diagnosen depression utan närmare utredning och utsätts för antidepressiv medicinering, är risken stor, att de förväntar sig att problem kan tas bort med mediciner. Det är ju enklare än att bearbeta orsakerna. Steget är då inte långt till självmedicinering med mer eller mindre godkända droger, mat, läsk, godis, tobak och alkohol.

Till saken hör också att det finns många intressenter som vill ha sin del i denna lönsamma bransch, både legala och illegala. De står gärna till tjänst, så nu är tillgängligheten till preparat närapå obegränsad.

Alkohol är dock den allra vanligaste drogen som skördar flest offer, men betraktas av många som helt oskyldigt. Börje visade en bild som kan vara till stor hjälp när man vill reda ut relationen till alkohol.

**Absolutist** <<----->> **Alkoholist**

Alla kan pricka in sig på linjen mellan dessa ytterligheter. **Var är du?**

Alkoholen är ”the great pretender” (skojaren)

25 % av alla förtidspensionärer visar sig vara alkoholister! Men skyller på allt möjligt annat: ryggen, magen, trist karl, jobbet etc.

Hur ska man agera om man misstänker alkoholproblem hos en arbetskamrat?

Fyra frågor kan vara en bra början:

1. Har du tänkt på att skära ner?
2. Är det någon som har reagerat på ditt drickande?
3. Har du känt skuld för ditt drickande?
4. Brukar du ta återställare?

Om det blir ”Ja” på 2 eller 3 frågor gå vidare till ADDIS = testpaket + åtgärder.

Det är ingen lätt konst att hålla i svåra samtal men det är så oerhört viktigt att det görs.

Ett allvarligt problem är att så många anser att det är OK att skämta bort spriten.

Man är lite generad och vet att det är fel att dricka, men man vill/ vågar inte ändra på sig själv.

*Rapportör*

*Runa Forsman*

## Linan

### Behandlingsalternativ enbart för kvinnor

Behandling utifrån ett kvinnligt perspektiv innebär förutom att bryta missbruk och hantera beroendet också att hantera känslor som skam och skuld, att bli medveten om hur viktigt det är att dra gränser och förstå rollen som medberoende eller ”offer”.

### Linans verksamhet innebär en behandlingsskedja utifrån 12-steps- programmet för kvinnor med alkohol- eller narkotika missbruk.

Behandlingen omfattar insluss, primärbehandling och utsluss samt eftervård.

Tiden i insluss och utsluss är individuell, medan primärbehandlingen pågår i 7 veckor. Eftervården sker en kväll i veckan under 40 veckor. Huvudsakligen sker behandlingsprogrammet under heldygnsvård, men möjlighet finns i förekommande fall till öppenvård.

#### Hur tar jag kontakt?

Ring Pernilla Forsberg, Linan Utsluss, tel 060/157441 eller  
Gunnel Sundquist, Socialtjänsten, tel 060/191000

## Blir det någon vårdkedja för missbrukare i Sundsvall?

Det har varit på tal länge.  
Jag fick tag på Lars Fahlman och Ann Louise Ladare på soc.

De menar att det är på gång med en vårdkedja och att arbetet i stort kommer att fungera bra. Kanske klart i oktober -09. Hittills har det varit problem med lämplig lokal för öppenvård och arbetsträning. På Repet och Linan finns möjlighet till boende medan behandling pågår.

AA- och NA-grupper ger kompisstöd. Men det är också oerhört betydelsefullt att det närmaste nätverket verkligen fungerar för att åtgärderna ska lyckas. Därför har även resurser satsats på Anhörigcenter som nu börjar bli känt och kan vara ett stöd för de anhöriga som tar ett enormt eget ansvar. Beroendeheten på sjukhuset har växt och har för närvarande ca 70 personer inskrivna. De ställs där in på metadon eller subutex. För hur lång tid fick jag dock inte klart för mig. Projektet IRIS som krävde drogfrihet, är borta ur bilden.

Viledanytt återkommer med reportage, när verksamheten stabiliserat sig.

*Runa Forsman*



# INBJUDAN

Föreningen Enhörningen inbjuder till seminarium 20 jan 2009 om:

## Många svårt utsatta barn behöver hjälp. Får de någon?

Tisdag 20 jan 2009 kl 10.15-16.00

Plats: Pingstkyrkan i Sundsvall Rådhusgatan 37

### PROGRAM

Vi startar med att det finns möjlighet till kaffe och smörgås innan seminariet börjar.

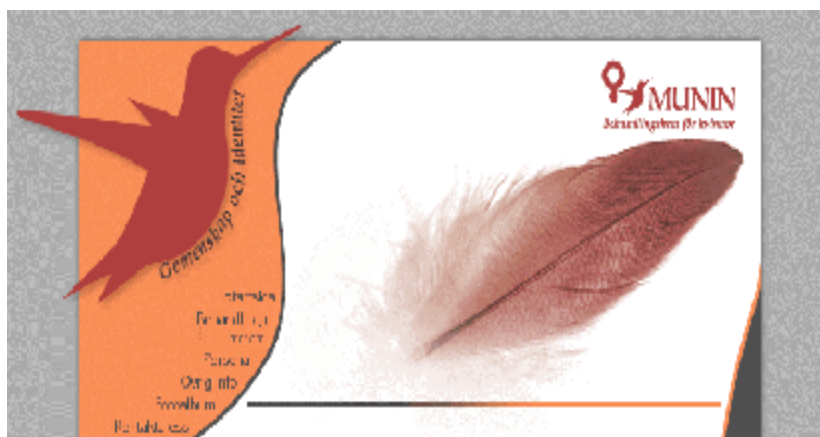
- 10.15 Föreningen Enhörningen inleder  
10.30 Kristina Renard Hård och Camilla Åsbacka berättar om  
den aktuella läget i Sundsvall
- 12.00 LUNCH
- 13.00 Thomas Lindstein föreläser om sin forskning på Ersta-  
vändpunkten i Stockholm
- 14.30 Fikapaus
- 15.00 Föreläsningen fortsätter  
Det finns också möjlighet att ställa frågor under seminariet.
- 16.00 Avslutning  
Innehåll i föreläsningarna: Kristina Renard-Hård förskol-  
lärare och Camilla Åsbacka socionom föreläser om barn i  
familj med missbruk, psykisk ohälsa och konfliktfyllt sam-  
spel- hur hjälper socialtjänsten i Sundsvall till? Båda två  
familj behandlare på Skeppet och Solbacken med lång erfarenhet  
Thomas Lindstein är professor i socialt arbete vid Stockholms  
Universitet. Han har varit rektor vid Mitthögskolan i Sundsvall.  
Thomas Lindstein föreläser om sin forskning bland utsatta barn  
på Ersta värdpunkten. Numera håller han på med en tolvårs-  
uppföljning.

Deltagaravgift: 500:- /person

Vi bjuder på kaffe och smörgås.

Anmälan till föreningen Enhörningen Östra Långgatan 37 C,  
852 36 Sundsvall  
tel.: 060- 124003  
E-postadress: karlpaulsson@swipnet.se

## VÄLKOMNA MED ANMÄLAN !



## **Behöver Du hjälp? Vill Du ge Dig själv chansen till ett nytt liv?**

**Här finns vi!**

### **Här finns behandlingscentrum för kvinnor i Västernorrlands län**

**Kvinnohemmet Munin** har funnits sedan 1991 och bedriver behandling för kvinnor med kemiskt beroende. Munin ägs av Serenity AB och drivs av Lars och Gunilla Sandén-Warg. Behandlingen bedrivs utifrån 12-stepsprogrammets verktyg och principer, med inslag av miljöterapeutiska och beteendeterapeutiska metoder.

Genom åren har verksamheten utvecklats till en **vårdkedja** av primärbehandling, fördjupad behandling och utslussvård.

**Vårt behandlingsprogram är helt baserat på kvinnors problematik** och deras könsspecifika behov. Vi har också kvalitetssäkrat verksamheten på olika sätt. Från att utöka lokalerna, anställt dygnetrunt-personal, till att omorganisera det teoretiska innehållet. De senaste åren syns en trend av att våra klienter blir yngre och yngre. De flesta som kommer till Munin är mellan 18-25 år och denna trend ser ut att fortsätta. Därför är vi noga med att fylla upp vårt program med olika inslag som passar ungdomar.

**Vem ska jag tala med: Gunilla Sandén Telefon:0612 / 103 23**

## **Vad händer när drogkulturer möts och blandas?**

Det är en av de frågor som riksorganisationen **SIMON** Sveriges Invandrare Mot Narkotika, just nu satsar på.

När en familj flytt sitt hemland eller av andra skäl flyttar till en annan del av världen är det mycket som förändras. Ibland har man tagit med sig sin drogkultur till Sverige, där man möts av ett nytt synsätt och av andra typer av droger och alkohol. Barnen till invandrade föräldrar riskerar att anamma dubbla drogkulturer, och nya typer

av missbruk introduceras i det svenska samhället. Ett exempel är drogen khat, en centralstimulerande drog som kan ge både fysiska och psykiska skador och får dessutom många gånger svåra konsekvenser för familjerna. **SIMON** arbetar för att få till stånd ett nordiskt nätverk mot khat vars syfte är att stärka det dagliga arbetet mot khatmissbruk och att vara en opinionsbildare.

– Eftersom invandrade och flyktingar fruktar den svenska alkoholkulturen, samtidigt som svenskarna är rädda för de droger som kommer med invandringen, behöver detta lyftas fram. De som kommit till Sverige behöver också kunskaper om vad som gäller i Sverige, säger Gun Zacharias, projektledare för *När drogkulturer möts och blandas* och som arbetat med drogfrågor och invandring i över 50 år.

För att överbrygga rädslan för att prata om dessa frågor och inte minst öka kunskapen håller Gun Zacharias föreläsningar hos olika föreningar, för SFI-elever, asylsökande och utbildare över hela landet. **SIMON** har föreningar över hela Sverige och arbetar med drogfrågor och integration utifrån lokalföreningarnas intressefokus.

*/Oscar Gomez-Denis*



## ANHÖRIGCENTRUM

Anhörigcentrum finns på Skepparegatan 5 B (Parkerahuset vid Selångersån). Det drivs av socialtjänsten i samarbete med frivilliga organisationer.

Vi är 6 anställda inom kommunen: en områdeschef, tre som arbetar mot äldreomsorg, en som riktar sig mot omsorg av funktionshindrade samt en person som arbetar mot individ och familjeomsorg/socialpsykiatri

**Målet med verksamheten** är att ge råd och stöd i rollen som anhörig eller närstående via telefonrådgivning. Men det kan också ske som enskilda samtal eller samtal med anhörigrupper. Det går bra att bara komma förbi för att ta en kopp kaffe och prata en stund.



### NÄR HAR VI ÖPPET?

**MÅNDAG, TISDAG, TORSDAG KL 11 – 13 OCH 13 - 16**

**Onsdag, fredag kl 11.00-13.00**

Frivilliga organisationer och volontärer finns då på plats  
Om ni har frågor, vänd Er till anhörigsamordnaren

**Lena Elfving,**  
**Telefon: 060-191915, 060-177475**  
**Mobiltelefon:070-1916246**

#### **Temaeftermiddag**

varje onsdag hos oss mellan  
**13.00-15.00** då vi bjuder in  
olika föreläsare och  
underhållare.





IOGT-International har Kongress 2010

Den Norska nykterhetsrörelsen annonserar att Kongress för den internationella IOGT rörelsen skall äga rum i Fredrikstad, som ligger 80 kilometer söder om Oslo den första veckan i augusti 2010.

För mer information kontakta: IOGT International, SE-435 83 Mölnlycke, Sweden  
Telefon 031/3382800 webb adress [www.iogt.org](http://www.iogt.org)

Director Esbjörn Hörnberg, [iogti@iogt.se](mailto:iogti@iogt.se)

## KAMPANJ MOT DROGER I VENEZUELAS SKOLOR

### PROGRAMMET "POLISEN BESÖKER SKOLORNA

I Venezuela finns 24 provinser. I varje provins finns en representant för Nationella Organisationen mot droger (ONA). Den har startat en kampanj som heter "Policia va a la escuela" (Polisen besöker skolorna). Meningen är att besöka varenda skola som finns i hela landet. Den 4 december kom de till Aragua, med huvustad Maracay, i norra Venezuela. I skolan Unidad Educativa Instituto de Educacion Integral "Cantarrana" i municipet Girardot. delade man ut 383 ryggsäckar till eleverna, höll föreläsningar och hade work shops.

### "Odlar värderingar för livet"

Ansvarig för projektet i Aragua, heter Leonardo Jesús Becerra. Han förklarade för eleverna att detta projekt var ett initiativ av utbildningsdepartementet för att kämpa mot användning av knark. I början kommer detta att föras i 5 län, med början i Aragua. Men målet är att nå alla 24 län i hela Venezuela.

Han tillade att projektet sträckte sig fram till 2013 med slogan "Odlar värderingar för livet". Detta består av föreläsningar, seminarier, visningar av olika slag. Detta projekt vänder sig till privata och statliga skolor och alla sorts gymnasier. Meningen är att få ungdomar att komma bort från droger.

Via detta initiativ kunde eleverna få en helhetsbild av hur drogerna kan påverka deras tillvaro.

Oscar Gomez-Denis



Unidad Educativa Instituto de Educación Integral "Cantarrana"

**NBV MittSverige**

önskar alla läsare  
av VILEDANYTT ett

**Gott slut på 2008**

**Välkommen till  
studiecirkel 2009**



## **Mannen bakom Skellefteåmodellen. Håkan Fuhrman**

/ ur Accent 7/08

De flesta kommuner i Sverige jobbar enligt Skellefteåmodellen för att minimera rattfylleriet. Mannen bakom detta är en trafikpolis som jobbat i 20 år på vägarna och reagerat på att han kunde träffa på samma rattfyllerist tre gånger samma dag.

Tillsammans med beroendeenheten spånade de på vad som kunde göras åt problemet och fick en idé!

:

**Polisen, socialtjänsten och beroendeenheten skulle samarbeta!.**

Rattfylleristen skulle snabbt, inom 24 timmar, i samband med förhör och provtagning, konfronteras med sina alkoholvanor i ett allvarligt samtal hos polisen, det ”svåra samtalet”, för att komma till insikt om sitt missbruk och skjutas till beroendeenheten.

- Det hjälper inte att man bönar, ber och bötfäller. De har transportbehov i sin dimmiga vardag. De berusar sig, nyktrar till, tar bilen till Systembolaget och kompisar och berusar sig igen. De flesta har fortfarande familj och arbete, förklarar Håkan Fuhrman.
- När de åker fast på sin första rattfylla rämningar fasaden. De förlorar körkortet. Det är oerhört traumatiskt. Då måste vi erbjuda akuthjälp. Kan vi motivera dem att ta emot hjälp, tar proffsen över. Misslyckas vi kommer de att vara ute på vägen igen. Väntar man för länge stänger de till sig och har inga problem. Förnekelsen är fruktansvärt stark.
- Den som döms för grovt rattfylleri kan dömas till fängelsestraff på 3 månader. Den som går med på behandling, kan i vissa fall i stället få vård och rehabilitering. Då kopplas frivården och socialtjänsten in.

Hösten 1999 hölls ett trafiksäkerhetsseminarium i Jokkmokk. Många poliser deltog.

Håkan Fuhrman berättade om arbetet. Karl-Bertil Arosenius, länspolismästare i Norrbotten lyssnade intresserat, ställde sig upp och sa:

- Nu hör ni alla poliser i Norrbotten. Vi ska jobba efter Skellefteåmodellen! Så föddes begreppet. Idag arbetar mer än 80% av Sveriges kommuner enligt Skellefteåmodellen.

Håkan Fuhrman berättar att männen står för 90% av rattfylleribrotten i Sverige. Det finns rattfyllerister som blivit stoppade 70 gånger.

Han oroas av det ökade antalet drograttfyllerister. 1999 stoppades 700 drograttfyllerister av polisen i Sverige. 2007 var siffran över 11 000.

- En skrämmande utveckling,

*Gun Sundin*

### **Finns mediciner i dricksvattnet i Sundsvall?**

Den frågan ställde vi i förra numret.

Från Sundsvalls Vatten har vi fått följande svar.

Dricksvattnet är rent. Det är grundvatten som silats genom tjocka sandlager, men läkemedel kommer förstas ut i avloppet. En del bryts ner i reningsprocessen men en del antibiotika och hormonpreparat kan gå igenom och påverka recipienten.

Rutinmässigt granskas avlopps- och botten slam på tungmetaller, tjärämnen och klorerade kolväten t ex PCB och DDT. Ibland tas också stickprov på speciella ämnen.

Naturvårdsverket arbetar med detta problem.

*Runa Forsman*

## Föreningen Fruktdrycker

är en riksomfattande förening med "huvudkontoret" i Skövde. Föreningen har funnits i snart 60 år och vänder sig till alla Sveriges innevånare. Deras två huvuduppgifter är att tillsammans med Systembolaget informera om det alkoholfria sortiment som Systembolaget saluför. Och sedan hjälpa restaurangskolorna att lära ut till sina elever om alkoholfritt.

Vett och etikett runt det goda värdskapet.

Vill man få information via föreningen så blir man medlem för 100 kr / år. Ute i landet finns det ombud som hjälper till att marknadsföra föreningens idéer. Vad betyder det goda värdskapet?

Varje värd och värdinna bör ha något alternativ hemma till den som vill dricka alkohol, men inte kan. Eller kan dricka men inte vill.

Gå gärna in på "ditt" systembolag och titta på deras alkoholfria sortiment. Nu under hösten har det kommit nya vin-, cider- och ölsorter. Även en röd julglögg, där varje försåld flaska ger 1 kr till världens barn. Nytt med nöje!

Här får du ett recept på

### Apelsin och Ingefärglögg

1 l äppeljuice

2 st sköljda skivade apelsiner

2 st kanelstänger

Krossad färsk ingefära

Värm alltsammans i en kastrull –

låt sjuda 10-15 min, sila av, servera varmt.

Se även [www.andradrycker.nu](http://www.andradrycker.nu)

Vill du veta mera så kontakta Västernorrlands ombud Zaedi Elfving 070 – 646 7

Stöd föreningen – Bli medlem – Sätt in 100 kr på Pg: 45 41 80–1 Glöm ej att fylla i avsändare!  
Zaedi Elfving



*Kemiskt beroende*  
*– en familjesjukdom* **M**

## Sundsvalls behandlingscentrum

– är Sundsvalls Kommuns behandlingshem för kemiskt beroende. Vi arbetar enligt AA:S 12 steg och 12 traditioner. (AA=Anonyma Alkoholister, en gemenskap av män och kvinnor som delar sina erfarenheter, förhoppningar och sin styrka med varandra).

Sundsvalls behandlingscentrum är helt fristående från AA/NA, men arbetar efter deras synsätt, som innebär att kemiskt beroende är en sjukdom, "ingens felssjukdom". Vi har också olika anhöringsprogram för patienternas anhöriga, vänner och arbetskamrater.

Sundsvalls behandlingscentrum har även ett utvecklat arbetsplatsamarbete med flera företag i regionen.

**Sundsvalls behandlingscentrum**  
Box 346, 851 05 Sundsvall.  
Besök: Paviljongvägen 17, 852 40 Sundsvall  
Tfn: 060-19 22 27-28. Fax: 060-15 43 48

 SUNDSVALLS  
KOMMUN

**God Jul och ett  
Gott Nytt Alkoholfritt År**

