



Det Hvite Bånd

116. årgang nr. 3 2026

*«La oss ikke bli trette mens vi gjør det gode.
Når tiden er inne, skal vi høste, bare vi ikke gir opp.»
Galaterne 6,9*



Leder

Av: Brit Kari Urdal, redaktør



Kva er sanning?

Denne kjente setningen frå landshøvdingen Pontius Pilatus har blitt ståande i historia etter at han i avhøyr med Jesus frå Nasaret kom med dette viktige spørsmålet.

Er sanninga noko som me skal skapa i vårt bilde? Er sanninga noko som endrar seg med skiftande tider og trendar? Eller kan det tenkjast at det er noko som er sant for alle menneske til alle tider?

Pilatus stod framfor han som sa om seg sjølv at han var Sanninga. Men han hadde ikkje lært Sanninga å kjenna. Han hadde ikkje eit fast haldepunkt for livet sitt. Derfor blei han eit offer for folkeviljen i staden for ein forkjempar for sanninga.

Det kan vera krevjande å stå opp for det som er sant, men det er også befriande å opna opp for sanninga. I Bibelen står det at sanninga set oss fri. Fri frå løgn og bedrag, og fri til å leva i lyset. I erkjennelsen ligg også nøkkelen til endring og utfriing. Ved å erkjenna at ein kjem til kort som menneske, opnar ein vegen for Han som er Sanninga som set menneske fri frå synd og skuld.

Det er stor glede og fridom å tilhøyra Han som kjenner oss fullt ut og som likevel elsker oss så høgt at Han gav livet sitt for oss.

Brit Kari Urdal



NB! FRIST TIL NESTE BLAD
1. november 2026

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
Vipps: 636558

LANDSKONTOR: Mob. 405 09 305
Telefontid: mandag - torsdag 10.00–14.00
Sekretær: Vigdis Goldin
E-post: landskontoret@hviteband.no

Daglig leder: Oddrun Småbrekke
E-post: oddrun@hviteband.no
Tlf.: 474 41 395

Regnskap: Jasmin Bratic
E-post: jasmin@actis.no

Redaktør: Brit Kari Urdal

Alt stoffet sendes til:
britkariurdal@gmail.com – Tlf. 91 66 11 71

Produksjon:
Design og trykk: Karmøy Trykkeri as
Opplag: 850

Framsidesillustrasjon: Adobe Stock

Innhold

Landsleder hilsen	4
Partysoner – Hva står på spill?	6
Møt vår netthelt: Audun Bull Kristiansen	8
Hvem trenger å bli sett av deg	9
Gaming og gambling: Forskerblikk på gråsoner ..	10
Englar i mørkret	12
Barnesider 6-12 år	13
Avdeling Ung	16
Ungdom over 13 år	18
Avdeling Familie	20
Avdeling Utdanning	22
Avdeling Sosial	24
Rødt-politiker Mímir Kristjánsson gir bokinntekter til Blå Kors	26
Hilsen fra landskontoret	28
Smånytt	29
Avdeling Bibel og bønn	30





Landsleders hjørne

ODDRUN SMÅBREKKE, LANDSLEDER

Se på Jesus!

Takknemlighet og glede fyller meg med tanke på den varme og fine sommeren vi har fått sammen med familie og venner. Familie og venner er nødvendige støttespillere og grunnleggende for at alle mennesker skal ha det fysisk og psykisk godt, ja det er helsefremmende. Det er viktig at vi prioriterer, og ikke glemmer, medmennesker som har det vanskelig, er ensomme, eller er syke. Ser du dem? De trenger kanskje nettopp din hjelp og støtte for å se lyset og komme seg videre. Omsorg i hverdagen kan ha utrolig mye å si. Det kan være et besøk eller en telefonsamtale.

Hulda Garborg skrev: «Ein hyggeleg samtale ved bordet er meir verd enn eit heilt apotek med dropar og helsesalt.» Husk at selv et lite lys i et mørke vil lyse opp og bidra til at en kan klare å finne veien ut. Gå i bønn til Gud og la han få lede oss til hvem vi skal hjelpe. Vi må gå når han minner oss.

Den store og tidlige digitale påvirkningen via ulike sosiale medier har de senere årene blitt et massivt press spesielt for barn og unge. Tilgangen på flere nye og ukjente syntetiske preparater er stor, og det er blitt lettere å få tak i ulike rusmidler. Derfor mener jeg at arbeidet vårt er blitt mer omfattende og viktigere enn noen gang. Derfor bør vi fremme DHB sitt arbeid i forbønn og arbeid. Avholdsfolk og våre medlemmer er gode eksempler for barn og unge og er viktige støttespillere for dem som trenger rusfrie venner og møteplasser. Kunnskapsbasert informasjon er forebyggende og gir et grunnlag for å velge et rusfritt liv. Høsten er starten på en ny arbeidsperiode og det legges planer for hvilke oppgaver og valg vi tar for det videre arbeidet for **Gud, heim og alle folk**.

Jesus er glad i deg og han har skapt deg slik han ville ha deg for å bruke deg til de oppdragene han har skapt deg til. Bruker du de evnene han har utrustet deg med? For Gud er alt mulig (Mark.10,27). Sammen kan vi bidra til å utgjøre en forskjell for mange mennesker. Jesus har omsorg for sine barn og han er uendelig glad i alle mennesker. Han går med deg og er din støtte og stav. Derfor må vi stoppe opp og hjelpe våre medmennesker, også de som har falt. Han tilgir og løfter oss opp om vi faller gang på gang. Guds kjærlighet er utrolig stor og hemmeligheten til et rikt liv, i glede og frihet, ligger i å se på Jesus. Det er liv i et blikk på Det blødende lam. Vi får se ham med troens øye når vi leser i Guds ord. Det skaper frelse og nytt liv. En ser seg glad ved å se på Jesus og det han har gjort for oss.



«Og da han hadde sagt dette, viste han dem sine hender og sin side. Da ble disiplene glade, da de så Herren» (Joh. 20,20).

Hemmeligheten til et rikt liv, i glede og frihet, ligger i å se på Jesus. Det er liv i et blikk på Det blødende Lam. Vi får se ham med troens øye når vi leser i Guds ord. Det skaper frelse og nytt liv. Man ser seg glad ved å se på Jesus og det han har gjort for oss. Se på Jesus og hans kjærlighet til alle mennesker. Se på Jesus. Han er vårt beste forbilde og vår veiviser for hvordan han vil at vi skal arbeide. La ham få lede og gå foran deg. Han så de som trengte hjelp, stoppet opp og hjalp syke og utstøtte mennesker. Vi må gå på Guds ord og stole på Ham på hans ord og ledelse.

***Se på Jesus, se på han.
Han som døde og stod opp for alle mann.
Han er kongen, Frelsermann.
Se på Jesus og tro på han.
Jeg vil se Sønnen og jeg vil tro på han.
Takk kjære Jesus at jeg har evig liv.***

**Må Gud være med deg og bruke deg til å spre
kjærlighet og glede!**

Gud velsigne deg!

Søsterhilsen fra Oddrun Småbrekke



Partysoner - hva står på spill?

Flere partier ønsker å endre alkoholloven, slik at det blir tillatt å drikke alkohol i «avgrensede offentlige områder» – som parker, torg og strender.

Høyre, Venstre og Frp har tatt initiativ til en lovendring. Arbeiderpartiet er på samme spor, og har bestilt en utredning fra Helsedirektoratet. De har varslet at de vil konkludere når utredningen foreligger.

I dag er hovedregelen i Norge at alkohol ikke er tillatt på offentlige steder.



Egne partysoner kan forstyrre idyllen i parken. Foto: Shutterstock

Hva er problemet?

Mer fyll og utrygghet

Å åpne for alkoholbruk i parker øker risikoen for mer beruselse, støy og uønskede hendelser i det offentlige rom. Allerede i dag har én av fire opplevd ubehagelige situasjoner knyttet til andres alkoholbruk i parker og andre offentlig steder (Sentio 2025).

Mindre inkluderende fellesarenaer

Parker og grøntområder er viktige møteplasser for barn, familier og andre som ønsker å oppholde seg i et alkoholfritt miljø. Alkoholbruk kan gjøre disse områdene mindre tilgjengelige for mange.

Forsterker problemet med trangboddhet

I områder der mange bor trangt, er parker og grøntområder en avgjørende utvidelse av hjemmet. Alkoholbruk i disse områdene kan ramme særlig skjevt og gjøre viktige fellesarenaer mindre tilgjengelige.

Kan skape utenforskap

For personer med rusutfordringer, pårørende og barn kan det være belastende å møte alkoholbruk også i parken. Fellesarenaer bør oppleves trygge og inkluderende.

Eksposering for barn og unge

Når alkoholbruk blir mer synlig i parker, øker også eksponeringen for barn og unge – inkludert de som møter alkohol for første gang.

Vanskelig å håndheve i praksis

Hvor går grensene for en partysoner? Skal det gjelde hele parker eller avgrensede områder? Uklare regler vil gjøre håndheving krevende – både for politi, kommune og publikum.

Mer konflikt og politisk støy lokalt

Spørsmål om hvor det skal være lov å drikke, vil kunne skape vedvarende konflikter i kommunestyre og bydeler, og føre til økt press fra ulike interessegrupper og nabolag.

Press på allerede brukte parker

I mange byer er grøntområdene allerede under press. Økt alkoholbruk kan forsterke utfordringer knyttet til plass, forsøpling og brukerkonflikter.

Kan utfordre eksisterende skjenkeordninger

Når alkohol flyttes ut i det offentlige rom, kan det påvirke balansen mellom regulerte serveringssteder og uregulert konsum.

Ikke det folk flest ønsker

Dette er ikke et folkekrav. En undersøkelse utført av Sentio i 2025, viser at et flertall mener det ikke er viktig å kunne drikke alkohol på offentlige steder, og over halvparten er direkte negative. Samtidig sier nær halvparten at de drikker mindre på slike steder nettopp fordi det er forbudt.

Kilde: Actis.no

Hva står det i

Arbeiderpartiets partiprogram?

- Kommuner kan åpne for alkoholbruk i avgrensede soner i parker og andre offentlige områder.
- Lokale myndigheter får ansvar for å definere hvor og hvordan dette skal gjelde.
- Politiet og kommunen må håndheve regelverket lokalt.

Actis mener

- Offentlige fellesarenaer som parker og grøntområder bør være inkluderende og alkoholfrie.

- Forslaget om partysoner i park er nok et steg i retning av en mer liberal alkoholpolitikk.

- Den norske alkoholpolitiske modellen er bygget på tiltak som begrenser tilgjengelighet og synlighet av alkohol. Når det åpnes for flere unntak, utfordres dette grunnlaget.



Hvor går grensene for en partysoner? Skal det gjelde hele parker eller avgrensede områder? Uklare regler vil gjøre håndheving krevende – både for politi, kommune og publikum. Foto: Pexels

Møt vår netthelt: Audun Bull Kristiansen

Bak DHBs nettside finnes det en person som stille og trofast sørger for at vi er synlige og tilgjengelige på nett. Hans navn er Audun Bull Kristiansen, og han fortjener å bli løftet frem.



Audun er grunnlegger og leder av **ForJesus.no** – en frivillig tjeneste som tilbyr gratis hjelp med nettsider, digital markedsføring og grafisk design til menigheter og kristne organisasjoner. Tjenesten vokste frem gjennom frivillig arbeid i menighetene Salem og Betel i Trondheim, og visjonen er enkel: å frigjøre tid og ressurser slik at kirker og organisasjoner kan fokusere på det de er kalt til.

At Audun har doktorgrad i energieffektive bygninger og har studert kinesisk på fulltid i Kina, gjør ham ikke mindre fascinerende. Han er en mann med mange evner – og han har valgt å bruke dem i tjeneste for Guds rike.

For DHB har dette vært en gave. Han hjelper oss med alt fra tekniske løsninger til råd og veiledning, og gjør det med kunnskap, tålmodighet og et oppriktig ønske om å tjene. Han forklarer tydelig, følger opp og møter oss alltid med ro og raushet – og for oss har det betydd enormt.

Det bibelske grunnlaget for arbeidet hans er enkelt og treffende: «Tjen hverandre, hver og en med den nådegave han har fått.» (1 Peter 4,10).

Audun lever dette verset ut i praksis – stille, trofast og uten å gjøre et nummer av det.

Vi er dypt takknemlige for ham og for tjenesten han gjør – ikke bare for oss, men for Guds rike.

Trenger du, din menighet eller organisasjon digital hjelp? Ta kontakt ved å sende en e-post til disippel@forjesus.no. Audun tilbyr også de samme tjenestene til det sekulære markedet via enkeltmannsforetaket sitt, se hjemmesidene.no.

Tusen takk, Audun!

Hvem trenger å bli sett av deg?

Av: Audun Bull Kristiansen

En dag jeg satt utenfor studentboligen der jeg bodde kom en annen student og fortalte at kjæresten hadde gjort det slutt med ham. Han var knust og sa at han ville gå ut og drikke seg full den kvelden. Deretter gikk han. Jeg kjente ham ikke så godt, men reiste meg på impuls og løp etter ham. Vi skulle ha smågruppe den kvelden, så jeg spurte om han ville bli med på bibelstudium. Til min overraskelse svarte han ja. Da kvelden var over takket han for invitasjonen. Jeg innrømmet at jeg ærlig talt ikke hadde forventet at han skulle takke ja til invitasjonen. Da jeg spurte ham hvorfor han ble med svarte han at han så at jeg var oppriktig.



Foto: Adobe Stock

Mangel på fellesskap

Da jeg bodde i Trondheim var jeg frivillig på 22b, et diakonalt kontaktsenter for unge mennesker som hadde havnet på skråplanet. Kjøpesenteret Trondheim Torg, som ligger rett over gaten for Salem menighet, var på den tiden Midt-Norges tyngst belastede område for ungdomskriminalitet. Jeg husker en 20-åring som sa at han ikke hadde noen andre tilbud om fellesskap enn å gå på fest i helgene. Som svar på dette startet vi å arrangere aktiviteter om lørdagskveldene for ham og en gruppe unge menn. Jeg synes det er flott at det Hvite Bånd ønsker å legge til rette for rusfrie aktiviteter. Eksemplene ovenfor viser at folk setter pris på å bli invitert og inkludert.

Ha troen på dem

Første gang jeg kom inn på 22b møtte jeg en ung dame som var tydelig ruset. Hun så fryktelig sliten ut og jeg tenkte i mitt stille sinn at det måtte ha vært bedre for henne å dø enn å ha det slik. Til min overraskelse kom hun seg med tiden i jobb gjennom at en dame i menigheten brukte tid med henne og hadde troen på henne. Hun fikk tillit og ansvar på kjøkkenet og jeg fikk se en smilende og livsglad kvinne.

Det heter seg at lediggang er roten til alt ondt. Jeg husker at vi hadde en ung mann som bodde i nabohuset. Mamma skjønte at det var han som tagget i gaten og på garasjeveggen vår. Hun engasjerte ham til å handle på butikken for oss og gav ham lønn. I tillegg oppfordret hun ham til å gi beskjed hvis han så noen som tagget i gaten. Jeg synes det var en fin tilnærming. Er det noen i ditt nærmiljø som trenger å bli aktivisert og få tillit? Kan du inkludere dem i en aktivitet du allerede deltar på?

«Vær gjestfrie»

Bibelen oppfordrer oss til å være gjestfrie. Vi trenger alle å bli sett. Gud er en Gud som ser oss (1 Mos 16:13) og vi kan få være med å uttrykke dette gjennom å se andre. Kanskje det er noen du kan invitere på middag denne uken?

«Vær gjestfrie mot hverandre uten å klage.»
(1. Peter 4:9)

«Glem ikke å være gjestfrie, for på den måten har noen hatt engler som gjester, uten å vite det.»
(Hebreerne 13:2)

Gaming og gambling: Forsker-blikk på gråsonene

Skrevet av: Stian Overå og Niri Talberg - spesialrådgivere ved KORUS øst og forskere ved ROPforsk

Stadig yngre personer utvikler pengespillproblemer. Nå rettes forskerblikket til Stian Overå og Niri Talberg mot linken mellom gaming og pengespill.



STIPENDIAT: Stian Overå (t.v.) er prosjektleder for et nylig utlyst stipendiat, som skal gi økt kunnskap om forebygging av risikofylt spillatferd blant unge. Samtidig jobber han og Niri Talberg, begge fra KORUS øst, med en rapport om gråsoner og sammenhenger mellom gaming og gambling. (Foto: Kai Nygaard)

Mye har skjedd med dataspill siden Mario terroriserte skilpadder, men slet med å finne riktig slott for å redde prinsessa på 80- og 90-tallet. Den gang kjøpte du spillet én gang og så var det ditt.

I dag er mange spill gratis. Men de inneholder ofte noen lumske mekanismer som får deg til å bruke penger underveis, og noen har også innslag av pengespill. Reklamen for pengespill på lineær TV er i stor grad borte, men på sosiale medier flommer det over av kasino- og gamblinginnhold.

I løpet av de siste årene har forskere, forebyggere og behandlere i både Norge og utlandet advart mot en trend der stadig yngre personer utvikler pengespillproblemer. Det reiser spørsmålet om dataspill kan lokke unge spillere videre til gambling.

Undersøker nye gråsoner

Det er noe av det vi undersøker i en ny rapport. Dataspill og pengespill har tradisjonelt vært to ganske atskilte aktiviteter. Men i løpet av de siste årene har vi sett flere gråsoner mellom dem. Dataspillene hermer etter pengespill for å tjene penger. Man har lenge snakket om gamification – at elementer fra dataspill tas i bruk i andre produkter for å skape engasjement. Kanskje bør vi også snakke om gambification, der mer

eller mindre tilfeldige belønninger spiller på spenning og frykten for å gå glipp av noe. Mange vil kjenne igjen slike mekanismer, for eksempel fra nettbutikken Temu.

Disse gråsonene henger blant annet sammen med hvordan pengebruk er bygget inn i mange moderne dataspill. Grovt sett kan man skille mellom tre hovedtyper:

- Den første er mikrotransaksjoner. Her vet spilleren hva han eller hun får, for eksempel et nytt utseende til spillfiguren (såkalte skins) eller utstyr som gir fordeler i spillet.
- Den andre typen er lootbokser. Dette er digitale «forundringspakker» som åpnes i spillet. Spilleren vet ikke hva pakken inneholder før den åpnes, og kan få alt fra vanlige til mer sjeldne skins. Nettopp denne tilfeldigheten gjør at mekanismen ofte sammenlignes med lotterier og pengespill.
- En tredje form er skinbetting. I noen spill kan skins kjøpes og selges på egne nettsider og brukes som innsats i veddemål. I praksis blir de digitale gjenstandene en slags valuta i pengespill. Fenomenet er særlig kjent fra Counter-Strike-serien, der enkelte skins kan være verdt flere titusener av kroner.

Et nytt doktorgradsprosjekt

Et nytt doktorgradsprosjekt skal undersøke sammenhenger mellom dataspill, pengespill og såkalte gråsonefenomener som lootbokser, skinbetting og gamblinginnhold på digitale plattformer. Prosjektet vil ha et spesielt fokus på ungdom.

ROPforsk har lyst ut en stipendiatstilling som skal arbeide videre med temaet. Stian Overå er prosjektleder, mens Niri Talberg er biveileder. Målet er å styrke kunnskapsgrunnlaget for forebygging og tidlig identifisering av risikofylt spillatferd blant unge.

Kort forklart

Lootboks: En virtuell forundringspakke i dataspill med tilfeldige digitale gjenstander. Ofte kjøpt med ekte penger uten å vite innholdet på forhånd.

Skins: Kosmetiske endringer av figur, våpen eller andre objekter. Kan også gi spillmessige fordeler.

Skinbetting: En form for pengespill med skins som innsats. Det fins egne nettsider der man kan satse skins, som kan omsettes i virkelige penger.

Flere kunnskapskilder

I rapporten kombinerer vi flere typer datamateriale for å få et bredere bilde av spillkulturen blant dagens unge.

Den første kilden er Ungdata, der mer enn femti tusen ungdommer har svart på spørsmål om dataspill, pengebruk i spill og deltakelse i pengespill.

Våre foreløpige analyser tyder på:

- Pengespill er svært utbredt blant unge gutter. Omtrent en av fire på ungdomstrinnet og halvparten på videregående har spilt pengespill siste år.
- Jenter spiller langt sjeldnere.
- Å øke innsatsen og lyve om spillingen er utbredt, noe vi vet henger sammen med problemspilling.
- Pengespillproblemer ser ut til å øke oftere ramme de som fra før av er sårbare: de som føler at de ikke passer inn på skolen, og at lærerne ikke bryr seg om dem.

Spiller kasino på vorspiel

Den andre kilden er observasjoner på digitale plattformer som Kick, Twitch og YouTube. Her følger vi influensere som streamer pengespill, og vi analyserer hvordan gambling presenteres gjennom sendingene, chatten og reklamen rundt dem.

Målet er å gi et innblikk i hvordan denne delen av spillkulturen faktisk ser ut. Det er en verden mange voksne ikke kjenner så godt.

I en av sendingene vi fulgte, spilte en av de mest populære streamerne for over 30 000 dollar per spinn, mens titusenvise av seere fulgte med i chatten. Gambling blir pakket inn som underholdning og fellesskap, og risiko omtales ofte med humor og intern sjargong.

Vi hører stadig oftere om ungdom som spiller kasinospill på TV-en på vorspiel og nettsider som lar deg vedde om USA skal invadere Cuba. Det bidrar til å normalisere gambling, og dersom man i tillegg bruker kryptovaluta mister man raskt kontrollen over hva man har tapt og vunnet.

Intervjuer ungdom

Den tredje delen av prosjektet vil bestå av intervjuer med ungdom fra ungdomsskoler og videregående skoler, samt med aktører som Hjelpelinjen.

I den tredje delen av prosjektet vil vi få hjelp av eksperter til å tolke funnene og beskrive dagens gaming- og gamblingkultur blant unge. Ekspertene vi skal intervjuer er ungdom fra ungdomsskoler og videregående skoler og Hjelpelinjen, som ofte er den første instansen ungdommer selv og de som bryr seg om dem tar kontakt med om de er bekymret for noen spilling. Ingen vet mer om de siste trendene enn Hjelpelinjen.

Funnene fra rapporten skal presenteres på en rekke fagseminarer og arrangementer det kommende året, blant annet under Unge og Rus-seminaret i Hamar 19. mai, Arendalsuka i august og en fagdag om tenårings spillevaner i samarbeid med KORUS Oslo i starten av september. Funnene vil også bli løftet frem i podkasten Spillradioen.

For oss er ikke formidling bare et mål i seg selv. Når vi møter fagfolk og publikum, får vi også nye spørsmål og perspektiver som kan bringes tilbake inn i forskningen.

Forsterker laget med stipendiat

Når vi jobber med disse temaene, sier vi ofte at «dette kunne blitt en doktorgrad». Denne gangen blir det faktisk det.

ROPforsk har lyst ut en stipendiatstilling som skal arbeide videre med temaet. Her vil Stian Overå være prosjektleder, mens Niri Talberg er biveileder.

Doktorgradsprosjektet skal undersøke sammenhenger mellom dataspill, pengespill og såkalte gråsonefenomener som lootbokser, skinbetting og gamblinginnhold på digitale plattformer. Et særlig fokus vil være på ungdom og hvordan disse fenomenene oppleves og forstås i norsk kontekst.

Målet er å styrke kunnskapsgrunnlaget for forebygging og tidlig identifisering av risikofylt spillatferd blant unge, slik at skoler, helsetjenester og behandlingsapparatet kan møte utfordringene bedre.

Artikkelforfatterne Stian Overå og Niri Talberg er spesialrådgivere ved KORUS øst og postdoktorer ved forskningsmiljøet ROPforsk ved Sykehuset Innlandet.

Kilde: [korus.no](https://www.korus.no)



Englar i mørkret

Av: Torgunn Søyland Skoglund

På eit usselt toalett
sit ein ungdom vesalt kledt
Siste sprøyta har han sett
livet hans var ikkje lett.

Orka ikkje leva meir
stri seg gjennom dagar fleir.
Ingen ville hjelpe han
så til sist dei død han fann.

Kjende seg så reint forlatt
ingen der ved sida satt.
Einsemd i hans siste stund
herja i hans hjartegrunn.

Men usynleg like ved
bøygde seg ein engel ned.
Sorgfull måtte han det sjå
menneske til grunne gå.

Kjende heile saga hans
visste det var lite glans.
Barndomen var turbulent
lite kjærleik der var tent.

Skulen den gjeikk så som så
det var slik det måtte gå.
Frika ut i ungdomstid
ville ver frå tvangen fri.

Lengta etter kjærleik varm
avvist vart han og så arm.
Eg skal nok bli tøff og stor
fjernt frå både far og mor.

Enda i ein gategjeng
innbrot gjorde han i fleng.
Ingen hadde bruk for han
slik ein frykta innbrotsmann.

Bakom maska gret det sårt
ynskte varme blikket vårt.
Men vi snudde ryggen til
få som slike hjelpa vil.

Engelen har sett det alt
alle tårene er talt.
Sit der attmed guten no
han skal sove stilt i ro.

Engelen han ber oss sjå
dei elendige og gå.
Trøysta før det er for seint
det som er så sårt og kleint.

Alle som på denne jord
sig i pine utan ord.
Har ein engel like ved
som så ømt dei føler med.



Våg å si nei!

Velg rett!

Gode vaner,
venner og valg!

Barnesider fra 6–12 År



Bibelordet som sier: "Gjør mot andre det du vil at andre skal gjøre mot deg!" er vanskelig å etterleve når alle bare er opptatt av å tenke på seg selv og sitt eget beste.

LYSET SOM ALLTID ER DER

Av: Brit Kari Urdal

Du har nok merka det alt: Det blir mørkare og mørkare ute om kveldane. Snart merkar me det om morgonen også. Eg er ikkje glad i mørkret. Då eg var liten var eg skikkeleg mørkredd, ja, egentleg er er litt mørkredd enno. Eg likar ikkje å gå ute når det er mørkt.

I Bibelen står det at Jesus er verdens lys. Det står også at lyset er sterkare enn mørkret. Det er godt å vita at dette lyset er hos oss alltid, også når det blir mørkare rundt oss. Jesus har sagt at han er med oss alle dagar så lenge verda står.

Og så seier han at me også er verdens lys. Når Jesus bur i oss, så reflekterer me hans lys til andre.

"Lyset skin i mørkret, og mørkret har ikkje overvunne det." Joh.1,5



Illustrasjon: Adobe Stock

Snurrebass laget av perler



Fremgangsmåde:

Bruk en liten rund eller 6-kantet perleplate.

begynn med å sette en perle i midten

Sett så 5-6 runder med strykeperle rundt midten.

Stryk perleplaten.

Sett en tannstikk i platens mindsterste perle.

Er dere flere, som har laget snurrebasser, kan dere spille mot hverandre.

REKVISITTER

små runde eller 6-kantet perleplater

Strykeperler

Strykejern

Strykepapir

Tannstikk

Viktig!

Få hjelp av en voksen til å stryke perlene



Minitacos

Har du rester fra tacomiddagen kan du lage deg supegode minitacos! Det hjelper deg å kaste mindre mat, og i tillegg kan du servere digge minitacos som kosemat til venner eller familie. Vi bruker en muffinsform når vi skal steke minitacos.



Kilde: MatStart.no



Avdeling ung

SELMA JOYCE OLSEN

Min hverdag, noen andres drøm

I går var jeg på en helt vanlig joggetur i nabolaget jeg har gått i så mange ganger. Det hadde regnet, himmelen var overskyet, og det fristet ikke spesielt å gå utendørs. Mens jeg løp, tenkte jeg først at dette er stusselig. Det skulle gjerne vært sol og jeg skulle gjerne bodd et varmere sted. Jeg drømte meg vekk til Guadeloupe, Nairobi, Gran Canaria eller Brisbane.

På ørene hadde jeg albumet til No. 4 som heter «Henda i været». Der dukket sangen «Jeg har aldri sett elg» opp. Den starter slik:

Jeg burde kanskje reist hele jorda rundt
Med kun en sekk på ryggen
Krysset ørkener og hav
Og besteget andre fjell enn Galdhøpiggen
Men for meg er Norge passe
Stort og flott og fullt av masse
Jeg håper å få se
Fra høye fjell til små kommuner
Dype skoger og blå laguner
Vide vidder og bratte juv
Stavkirker og gravplasser og tun
Og jeg har aldri sett elg



Samtidig som sangen spilte, så jeg utover der jeg løp og oppdaget en ørliten lysning på himmelen mellom skyene. I tillegg var det klar sikt utover fjorden, og jeg fikk plutselig følelsen av at det var vakkert. Da fikk for meg: tenk så mange som har dette som sin drømmedestinasjon. Jeg har møtt mange i ulike utland som sier at de drømmer om å reise til Norge. De beundrer skogene, frodigheten, fjellene og fjordene. Eller «Dype skoger og blå laguner // Vide vidder og bratte juv // Stavkirker og gravplasser og tun» som No. 4 synger. Sangen fikk meg til å tenke på at selv om det sikkert er mye stilig å se rundt omkring i verden, er det stilige ting å se og oppdage her hjemme også. Det er lett å bli vant til omgivelsene sine, men sangen minnte meg om at vi kan endre perspektivet vårt og også oppdage det nydelige vi har rundt oss og være takknemlig for det.

I tillegg til fin natur har vi også en fungerende velferdsstat, rent vann i springen og de fleste av oss har mat på bordet og tak over hodet. Selvfølgelig er det også noen som ikke er like heldige som oss, også her i Norge. Da tenker jeg at vi som har det må jobbe for at de som ikke har disse godene kan få det. I min bønn takker jeg for hvor godt jeg har det, og ber om motivasjon og veiledning til å hjelpe de som ikke har det like godt som meg.

Så skal jeg prøve å nyte høsten og fargene og variasjonene vi har, selv om det av og til er litt surt og kaldt

(hvertfall i Bergen! 😊)





Ungdom over 13 år

SAMSON ANDREAS OLSEN

HOLY BIBLE

Boken som venter på meg

Den ligger der. På nattbordet, i sekken, kanskje i hyllen ved siden av sengen. Jeg vet den er der. Jeg tenker på den nesten hver dag. Og likevel skjer det ikke. Jeg åpner den ikke.

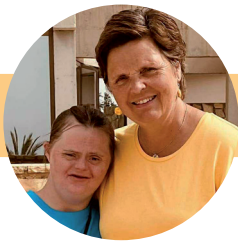
Det er ikke sånn at jeg ikke tror. Det er ikke sånn at jeg ikke vil. Et sted inni meg er det et ekte ønske om å komme nærmere Gud, om å la noe av det som ga mersmak før, gjøre det igjen. Men på en eller annen rar måte er ikke det ønsket sterkt nok. Det er nok til å tenke på boken. Det er nok til å kjenne på en liten dårlig samvittighet når jeg ser den ligge der. Men det er ikke nok til å faktisk strekke ut hånden og åpne skriftene.

Det er en merkelig avstand. Ikke fysisk, for boken er jo rett der, men en avstand som likevel føles enorm. Som om det er kilometer mellom hånden min og Markusevangeliet, som er der jeg slapp sist.. Jeg vet ikke helt hvor den avstanden kommer fra. Kanskje er det tretthet. Kanskje er det frykt for hva jeg vil eller ikke vil finne der. Kanskje er det bare vane, at boken har fått lov til å ligge urørt så lenge at det å åpne den nå føles som et større skritt enn det egentlig burde være.

Noen ganger tenker jeg: i morgen. I morgen åpner jeg den. Og så kommer morgenen, og boken ligger fortsatt der, uåpnet, og jeg går videre med dagen som om det var ingenting.

Jeg tror ikke jeg er alene om dette. Sånne perioder skjer, men det er min første gang. Jeg tror det er mange som bærer på det samme. En lengsel som er ekte, men som av en eller annen grunn ikke klarer å bli til handling. Kanskje det er fienden? Det er ikke likegyldighet. Det er noe annet, noe vanskeligere å sette ord på: å ville, og samtidig ikke klare.

Jeg har ikke noe fasitsvar på hvordan man kommer seg ut av det. Jeg skriver dette rett og slett fordi jeg tenker at det å sette ord på det, å innrømme at boken ligger der uåpnet, og at det gjør noe med meg, kanskje er et sted å begynne.



Dette er kjærleiken!

Eg er mamma til fire barn, tre gutar og ei jente. Gjennom åra har eg hatt mange gode samtalar med barna mine, og nokre av dei har festa seg litt ekstra i minnet.

Då den yngste sonen vår var liten, tenkjer eg med glede tilbake på alle samtalane vi hadde på sengekanten før han skulle legge seg til å sove. Før vi bad kveldsbøna, prata vi om korleis dagen hadde vore eller andre ting som opptok oss. Denne kvelden var ikkje annleis.

Vi sat saman på sengekanten då han plutseleg såg på meg og spurde: – Mamma, kven av barna dine er du mest glad i?

Eg vart litt overraska over spørsmålet. Eg tenkte meg om ein augeblink før eg svara så diplomatisk eg kunne:

– Eg er like glad i alle fire.

Det svaret var tydelegvis ikkje godt nok.

Han såg på meg og spurde igjen, denne gongen med ein oppgitt tone:

– Jammen, du kan vel seia kven du likar best?

Eg kjende på ønsket om å gi han det svaret han håpa på, men eg kunne jo ikkje det. Det ville ikkje vore sant.

Så prøvde eg å forklara:

– Alle dei fire borna mine er forskjellige. De har ulike styrkar, ulike personlegdomar og ulike måtar å vera på. Eg er like glad i kvar enkelt av dokke og eg elsker kvar og ein av dykk like høgt, akkurat slik de er.



Han såg på meg med eit blikk som fortalde at han framleis ikkje var heilt overtydd. Så kom svaret, kort og kontant:

– Mamma, når eg blir vaksen, skal eg lika den minste best!

Eg måtte smile, gav han ein god lang klem og trygga han om at eg elska han til månen og tilbake igjen. Han sovna trygg og glad etter at vi hadde sunge kveldsverset vårt.

Spørsmålet hans minna meg om noko viktig om Guds kjærleik.

Innerst inne ber mange av oss på det same spørsmålet: Kven av barna dine elsker du høgst, Gud? Er eg verkeleg elska? Har eg ein spesiell plass hos Gud?

Svaret er at Gud kjenner kvar enkelt av oss. Han kjenner namna våre, historiane våre og kampane våre. Likevel elsker han **alle** like høgt. (Jes.43,1)

Jesus hadde, rett nok, eit spesielt blikk for dei minste. Ikkje fordi han elska andre mindre, men fordi han såg dei som ofte blei oversett. I Bibelen les vi om korleis Gud vender seg mot dei minste, dei svake, dei som fell utanfor og dei som ikkje trur dei har nokon verdi.

Men på spørsmålet om kven han likar best, svarer heller ikkje han med ei rangering. **Han svarer med eit kors.** Der viser han at kjærleiken hans er stor nok for oss alle. Ikkje fordi vi er like og ikkje fordi vi fortener det, men fordi han har skapt oss og elsker oss slik vi er. (Rom. 8, 38-39)

1. Johannesbrev 4,10:

Dette er kjærleiken, ikkje at vi har elska Gud, men at han har elska oss og sendt sin eigen Son til soning for syndene våre.





Substitusjonsbehandling for rusavhengige: Et verktøy for verdighet, helse og rehabilitering

Rusavhengighet er en av vår tids store helse- og samfunnsutfordringer. For mennesker som lever med opioidavhengighet, kan hverdagen være preget av ustabilitet, sykdom, sosial marginalisering og en konstant risiko for overdose. I møte med disse utfordringene har substitusjonsbehandling vist seg å være et av de mest effektive tiltakene vi har tilgjengelig.

Hva er substitusjonsbehandling?

Substitusjonsbehandling, ofte omtalt som legemiddelassistert rehabilitering (LAR) i Norge, innebærer at personer med opioidavhengighet får foreskrevet medisiner som metadon eller buprenorfin under medisinsk oppfølging. Disse legemidlene virker på de samme reseptorene i hjernen som heroin og andre opioider, men på en kontrollert og trygg måte. Formålet er å redusere abstinenser og rusbehov, slik at personen får mulighet til å bygge opp en mer stabil tilværelse.

Behandlingen er ikke ment som en erstatning for rehabilitering, men som et fundament som gjør rehabilitering mulig. Når den akutte kampen for å skaffe rusmidler avtar, blir det lettere å fokusere på bolig, arbeid, utdanning, familierelasjoner og fysisk og psykisk helse.

En veletablert behandlingsform

Selv om substitusjonsbehandling ofte omtales i dagens rusdebatt, er dette ikke en ny behandlingsmetode. Behandling med metadon for opioidavhengighet ble utviklet på 1960-tallet, og har siden vært gjenstand for omfattende forskning og klinisk erfaring. Senere kom buprenorfin som et alternativ, og begge legemidlene

brukes i dag i behandlingsprogrammer over hele verden. I Norge ble legemiddelassistert rehabilitering (LAR) gradvis etablert som et landsdekkende tilbud på slutten av 1990-tallet.

Det som har endret seg gjennom årene, er ikke selve prinsippet bak behandlingen, men kunnskapen om hvordan den best kan brukes. Forskning har gitt stadig tydeligere dokumentasjon på at substitusjonsbehandling kan redusere risikoen for overdose, forbedre helse og bidra til økt sosial stabilitet for personer med opioidavhengighet. Samtidig har behandlingen blitt mer helhetlig, ved at medisinsk oppfølging i større grad kombineres med psykososial støtte, boligoppfølging, utdanning og arbeidstrening.

For mange mennesker representerer derfor substitusjonsbehandling ikke en ny løsning, men en velprøvd og kunnskapsbasert metode som kan gi grunnlag for rehabilitering, økt livskvalitet og deltakelse i samfunnet.

En behandling med dokumentert effekt

Verdens helseorganisasjon (WHO) beskriver opioid agonistbehandling som en trygg og kostnadseffektiv behandling som reduserer dødelighet, sykdom, illegalt opioidbruk og smitte av sykdommer som HIV og hepatitt C. Behandlingen bidrar også til økt livskvalitet og bedre sosial funksjon.

Forskning viser at legemiddelbehandling ved opioidavhengighet reduserer risikoen for overdose og død betydelig. Metadon og buprenorfin regnes som de mest dokumenterte og effektive medikamentene for behandling av opioidavhengighet. [Samtidig er det viktig å understreke at rusavhengighet i dag forstås som en kronisk, men behandlingsbar helsetilstand. På samme måte som mennesker med alvorlig sykdom kan trenge langvarig behandling, kan enkelte personer med opioidavhengighet ha behov for substitusjonsbehandling over mange år.

Myter og misforståelser

Substitusjonsbehandling har gjennom årene vært gjenstand for debatt. Noen hevder at behandlingen bare erstatter én avhengighet med en annen. Dette er en forenkling som ikke tar hensyn til forskjellen mellom ukontrollert rusmiddelbruk og medisinsk behandling.

En person som mottar metadon eller buprenorfin under oppfølging, opplever ikke de samme svingningene mellom rus og abstinens som ved illegalt opioidbruk. Målet er ikke rus, men stabilisering, helseforbedring og rehabilitering.

Det er også viktig å huske at ikke alle oppnår full rusfrihet umiddelbart. For mange er veien ut av avhengigheten lang og krevende.

Substitusjonsbehandling kan være det som gjør at en person overlever lenge nok til å få muligheten til å lykkes med andre deler av rehabiliteringsprosessen.

Menneskeverd i sentrum

For Det Hvide Bånd er menneskeverdet en grunnleggende verdi. Uavhengig av hvilken behandlingstilnærming man foretrekker, må målet alltid være å møte mennesker med respekt, omsorg og håp.

Substitusjonsbehandling handler ikke bare om medisiner. Den handler om å gi mennesker en reell mulighet til å ta tilbake kontrollen over eget liv.

Når behandlingen kombineres med sosial støtte, psykisk helsehjelp, arbeidstrening, utdanning og et inkluderende fellesskap, kan resultatene bli betydelige.

Mange som tidligere levde i aktiv rus, har gjennom LAR kunnet gjenoppta kontakt med familie, fullføre utdanning, komme i arbeid og delta aktivt i samfunnet. Disse historiene minner oss om at rehabilitering først og fremst handler om mennesker, ikke diagnoser.

Veien videre

Substitusjonsbehandling er ikke en universalløsning, og den passer ikke nødvendigvis for alle. Likevel viser både forskning og klinisk erfaring at den er et av de viktigste virkemidlene vi har for å redusere overdoser, bedre helse og støtte mennesker på veien mot et mer selvstendig liv.

I arbeidet med rusavhengighet bør vi derfor søke en balansert tilnærming som kombinerer kunnskapsbasert behandling med medmenneskelighet. Når faglig innsikt og omsorg går hånd i hånd, skaper vi de beste forutsetningene for håp, endring og varig rehabilitering.

Kilder: who.int, nida.nih.gov, samhsa.gov, fda.gov, drugpolicy.org





Avdeling Sosial

KENNETH KIPLESUND

Tragedien på Finset

Første verdenskrigen (1914-1918) kravde over 18 millionar menneskeliv, både militære og sivile, noko som gjer denne krigen til ein av dei dødelegaste konfliktane i historia. I etterkant var det også fleire dødsulukker knytta til desarmering av sjøminer som låg att etter krigshandlingane.

I 1919 skjedde det ei slik ulukke på kysten av Nordmøre, der fire personar mista livet. To hornminer vart oppdaga i sjøen ved garden Finset i Aure kommune.

Gardbrukaren, Johannes N. Finseth (52 år), varsla Forsvaret som kom til området 19. september med dampskipet «Sudderø» og to minørar. Johannes og eldste sonen Nils (18 år) vart med som kjentmenn for å vise staden der minene låg. John Finseth (13 år) fekk ikkje vera med, men han sprang likevel etter dei andre ei lita stund etterpå, for å følge med på det som gjekk føre seg.

Den første mina vart uskadeleggjort utan problem. Under desarmering av den andre hornmina vart det gjort eit feilgrep, og dette gjorde at mina sprang. Minøren Kolbjørn Rustad (26 år) frå Horten omkom, saman med Johannes og Nils. John kom fram til staden med det same eksplosjonen skjedde, dermed døyddes også han. Ingen av dei fire omkomne kunne identifiserast. Det som vart å finna av restar frå dei, vart i ettertid lagt i ei fellesgrav på Aure kyrkjegard.

Ingen av mannskapet på dampskipet makta å gå i land for å orientere familien på Finset om tragedien som hadde skjedd. Ellen Finseth vart enke i ein alder av 43 år. Tre born vart farlause og mista to søsken: Marit (15 år), Karen (7 år) og Tore (3 år).

Yngstemann Tore tok med tida over drifta på garden. Under andre verdenskrigen var han agent i organisasjonen XU, som var underlagt Forsvarets Overkommando i London. For dette fekk han Deltakarmedaljen. Under krigen bygde tyskarane eit festningsanlegg i nærområdet til garden, og etter frigjeringa var Tore ofte med som guide der for skuleklassar og andre. Han var også engasjert i Nordmøre krins av Indremisjonsforbundet (Vestlandske Indremisjonsforbund), i etterkant av ei stor vekking i nærområdet i 1948.

Tore vart gift med Gunvor, dei fekk fire døtre og to søner. Den eine sonen fekk same namnet som farfaren, altså Johannes. Han tok over garden etter Tore, og dreiv fram til 2022. Johannes har



formidla mykje historikk frå slektsgarden, mellom anna gjennom eit eige hefte om ulukka i 1919 og som guide på det nemnde festningsanlegget. I Indremisjonsforbundet var han formann for Nordmøre krins i mange år.

I 2001 vart det reist ein minnestein der ulukka skjedde. Omkring dette fortel Johannes:

”Rundt 1990 holdt jeg på å pløye en åker ikke langt i fra der mineulykka var i 1919. Far kom og ville ha meg med ned i stranda, der mineulykka skjedde. Jeg visste godt hvor denne plassen var, det var merke i berget flere plasser, som om det har vært skutt med mitraljøre. Det var nok splintene fra mina som lagde disse merkene, som vises godt den dag i dag. Jeg ble med far ned i stranda, han gikk bort til en stein (...). Steinen vart så snudd: ”Far tok staven sin og pirket litt under steinen. Det som var under steinen var deler av hode-skaller, det var benrester av faren og brødrene som lå der. Far ba meg om å legge steinen tilbake slik den lå. Der og da bestemte jeg meg, at her skal vi sette opp et minnesmerke, det er jo en gravplass. Minnesteinen kom opp i 2001, 29. juli. Far avduket steinen, han var veldig berørt.”

På steinen er det påmontert ei plate med namna på dei omkomne, samt sitat frå Job 1:21: *Herren gav, og Herren tok, Herrens navn være lovet!*



Tore ved minneplata



Rødt-politiker Mímir Kristjánsson gir bokinntekter til Blå Kors

Storingsrepresentant Mímir Kristjánsson har vært i USA under VM på oppdrag for NRK og skriver nå bok om Norges vei gjennom mesterskapet. Inntektene skal gå til Blå Kors, skriver Vårt Land.

Kristjánsson betaler normalt såkalt partiskatt til Rødt på inntekter utenom stortingslønnen. Men både bokinntektene og honoraret fra NRK-podkasten «Mørch og VM» skal i stedet gå til Blå Kors.

– Det er ryddigst at NRK ikke, verken direkte eller indirekte, finansierer partiet Rødt, sier 40-åringen til Vårt Land.

Kristjánsson har tidligere skrevet om alkoholproblemer i egen familie og eget liv. Han viser også til vedtaket om døgnåpen skjenking under fotball-VM som en grunn til at Blå Kors får penge.

– Vi er ikke i nærheten av å se de fulle konsekvensene av det ennå, sier Kristjánsson.

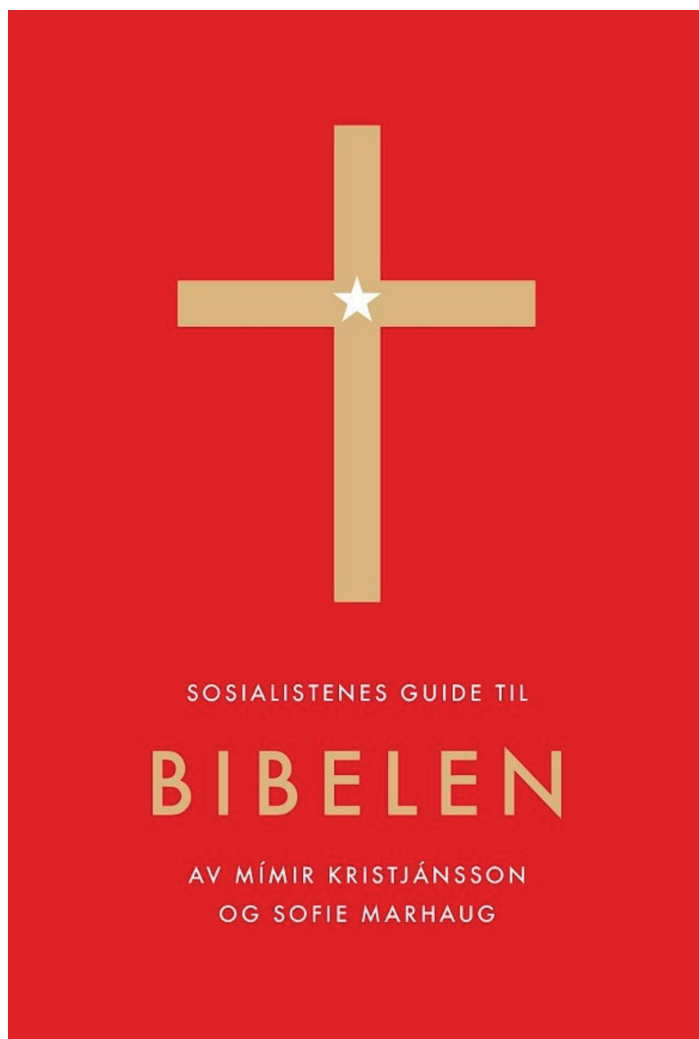
Blå Kors sier de er svært takknemlige for gaven.

– Det at Mímir Kristjánsson har vært åpen om sin oppvekst med alkoholutfordringer i egen familie, bidrar

til å redusere skam og stigma, sier kommunikasjons- og markedsdirektør Katrin Solbakken.

Kristjánsson sier han lenge har drømt om å skrive en VM-bok. Den skal først og fremst handle om landslaget og kampene, men også være en reiseskildring fra USA.

Kristjánsson har tidligere vært åpen om eget alkoholmisbruk og fortalt om en oppvekst med en alkoholisert far. I 2024 gav han ut boken Pappi der han beskriver sin avdøde fars, og sitt eget, problematiske forhold til alkohol. Som politiker støtter han strukturelle hindringer, og tar til orde for en strengere alkoholpolitikk, for å begrense det totale forbruket i samfunnet.



Bok om å lese Bibelen

Kristjánsson har også nylig gitt ut en annen bok, nemlig om det å lese Bibelen. Sammen med sin samboer og partifelle, Sofie Marhaug, leste han gjennom hele Bibelen og skrev i etterkant "Sosialistenes guide til Bibelen". Boken gir et personlig blikk på Bibelens tekster med et særskilt fokus på Solidaritet, kamp mot ulikhet og kristne verdier.

"Kristjánsson og Marhaug tar de fattiges perspektiv - fattigdom versus rikdom. Kjæresteparet overraskes over Bibelens harde dom over ulikhet og fattigdom og styrken i budskapet om nåde og kjærlighet.

Det sterkeste i boken er det som skrives om tilgivelse og nåde - sentrale kristne begrep som de to plasserer inn i sitt eget liv. De to viser hvordan nåde og tilgivelse kan ha stor betydning i livet mellom mennesker, selv om man ikke tror." (Fra Guri Hjeltnes sin bokanmeldelse i VG 13. mai 2026)



Storingsrepresentant Mímir Kristjánsson har vært i USA under VM på oppdrag for NRK for å lage podcast sammen med Erlend Mørch



Det Hvite Bånd - en rusfri verden

«for Gud, heim og alle folk»

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 telefonid 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 landskontoret

Kjære medlemmer

Høsten er i anmarsj, og jeg håper dere alle har hatt en god sommer – med tid til hvile, gode dager og nye krefter. Det er alltid noe eget ved denne tiden på året. Hverdagen vender tilbake, og vi finner igjen rytmen i dagene våre. Kanskje er det også da vi kjenner ekstra godt hvor mye det betyr å høre til i et fellesskap – å vite at vi står sammen om noe som er viktig.

Her i Torggata 1 er vi nå i gang igjen, og vi ser frem til høstens arbeid og samlinger. Vi gleder oss særlig til lederkonferansen på Hamar 9.–11. oktober. Slike møter betyr mye – ikke bare for det som står på programmet, men for samtalerne, gjenkjennelsen og det gode i å samles igjen.

Det skjer også mye rundt oss denne høsten. Nye tall fra Folkehelseinstituttet viser at den registrerte alkoholomsetningen i Norge i 2025 var 5,98 liter ren alkohol per innbygger over 15 år, omtrent tilbake på nivået før pandemien. Folkehelseinstituttet viser også at alkoholbruken ellers i befolkningen ligger nokså stabilt. Samtidig ligger den norske alkoholpolitikken fast, med vekt på aldersgrenser, reklameforbud og Vinmonopolets rolle.

På rusfeltet kommer det fortsatt nye oversikter og oppdateringer fra Helsedirektoratet, som følger utviklingen over tid. Like før bladet kommer ut, markeres også Verdens overdosedag 31. august over hele landet – en dag for ettertanke, for å minnes dem som er borte, og for å vise støtte til dem som står i

gjen. I september arrangeres fagkonferansen**«Rus og relasjon» i Oslo, noe som også sier noe fint om hva som løftes fram i tiden vår: at relasjoner betyr noe.

Senere i høst kommer statsbudsjettet, med behandling og høringer i Stortinget. Det blir viktig å følge med på hvilke prioriteringer som gjøres for helse, rusfelt og frivillig arbeid.

Midt i alt dette tror jeg det er godt å minne hverandre om noe enkelt, men viktig: Ingen av oss bærer livet alene. Vi trenger hverandre – i hverdagen, i samtalerne, i omsorgen og i det stille arbeidet som ofte ikke synes så godt, men som likevel betyr mye. Det er kanskje nettopp der styrken i et fellesskap ligger. Ikke i det store og glansfulle, men i trofastheten, varmen og viljen til å stå sammen videre.

Jeg vil ønske dere alle en god høst, og håper den må bli fylt av gode møter, vennlige ord og styrke i det fellesskapet vi er en del av.

Med varm hilsen
Vigdis Goldin
Sekretær,
Det Hvite Bånds landskontor



Velkommen til vår nettside:

www.hviteband.no

STYREMEDLEMMER:

Troskykket
Oddrun Småbrekke
- Landsleder

Torgunn S. Skoglund,
- nestleder

Helga K. Ingebrigtsen,
- kasserer

- Else Karin Stackbom
- Jorunn Stubberud

Kjære venner av Det Hvite Bånd

Nå er ferien over og alle er i gang med arbeidet igjen, også vi i DHB er glad for alle som tenker på å komme igang med foreninger og andre oppgaver i nærområdet, det er alltid noen som trenger oss. Vi takker for forbønn og omtanke og vi takker for de gaver som du bidrar med. En velsignet høst til dere alle.

Mvh Helga K. Ingebrigtsen, Kasserer



Takk for gaven!

kr. 300,-

Brønn: kr 300,-



Nye medlemmer:

Kristi Rydland og Tanita Gangstø.
Vervet av Karin Sæleset og Kristin Vistvik
Daniel Flørenæss



Lederkonferansen

I forrige blad inviterte vi til Lederkonferanse på Hamar helga 9.-11. oktober. Konferansen finner sted på Thon Partner Victoria Hotel og temaet dette året er "Avhold er diakoni". Påmeldingsfristen var 1. september. Har du glemt å melde deg på, så ta kontakt med Landskontoret, tlf. 40509305 eller send en mail til landskontoret@hviteband.no

Alltid tilgjengelig

Bladet du nå holder i hånda kan bli borte av ulike grunner. Da er det godt å vite at det alltid er tilgjengelig på nettsiden til Det hvite bånd. Gå inn på <https://hviteband.no/> og velg fanen ressurser. Der finner du DHB-bladet, WWCTU-bladet og andre nyttige ting.



[HJEM](#)

[OM OSS](#)

[RESSURSER](#)

[RIISBY BEHANDLINGSSENTER](#)

[BLI MEDLEM](#)

[KALENDER](#)

[KONTAKT
OSS](#)



En rusfri verden!

Det Hvite Bånd er en avholdsorganisasjon for kvinner som på kristen grunn arbeider for å forebygge bruk av alle slags rusgifter. Menn kan engasjere seg som støttemedlem. Vi står sammen med pårørende til rusavhengige og ønsker å være en støttespiller for rusavhengige i deres kamp mot rusen. Vi vil arbeide for å øke tilbudet av rusfrie aktiviteter og aktivitetstilbud.





Avdeling Bibel og bønn

MAY BRITT RØYRVIK

« Ro, ro.....berre ro! »

Det har vore ein intens sommar i Noreg. Dag etter dag med fint ver og sydentemperaturar på Vestlandet. Kven skulle tenkja at fjordåret ville gjenta seg vermæssig? Landslaget til Noreg deltok i VM i fotball. Heile landet (og delar av utlandet) rodde og rodde som støtte og håp om at gullmedaljen måtte koma landet vårt tilgode. Utruleg å oppleve kor «roinga» samla landet vårt og løfta fram flagget vårt. Flagget med korset i midten som symboliserer at Noreg er bygd på, og ynskjer å byggja på, dei kristne verdiane.

Ja, endåtil Kongehuset inviterte laget inn og menga seg med folket i gata då dei hedra fotball-landslaget vårt som takk for innsatsen.

Det som berørte meg aller mest under VM var å sjå idrettsutøvarar som bøygde kne og takka og priste Gud i himmelen før dei let seg hylla av publikum. Fleire og fleire kjende idrettsutøvarar trer tydeleg fram med si personlege tru.

«Legg din veg i Herrens hand, lit på han så vil han gripa inn.»

På sjølve finaledagen under fotball-VM entra Justin Bieber grasmatta framfor alt folket med songen «Hallelujah», ein lovsong til vår Gud.

Eg trur nok han må ha kjent på motstand i forkant.

«Dei ord som Gud legg meg i munnen, må eg tala» 4. Mos. 22, 38.

Gud entrar alle arenaer for å få oss i tale.

No har eg brukt mykje spalteplass på VM i fotball. Det er ikkje fotballen som er det viktigaste for meg å framheva. Det er samhaldet og fellesskapet som den skapte og det som den impulsive roinga gjorde medi folket vårt. Me fekk kjenna på krefter som gjekk ut.

Kor mykje meir vil ikkje samstemt bøn verka på folket. Det finst inga større kraft. Bøn styrer verda. Herren legg på oss bønebyrder.

Eg vel å byta ut orda ro, ro med «gå, gå, berre gå!!!!!!

«Gå du, Herren vil vera med deg.»

Eg ber og trur at me igjen som nasjon skal koma



«**under Herrens banner**» og i samstemt lovsong prisa vår Gud i himmelen. Det er så viktig at me som kristne står saman og kuttar ut alle diskusjonar og stridigheiter om rammene rundt trua og forsamlingane våre. Me er kalla til å **elska og velsigna**, men sjølv sagt **halda fast på Ordet** som det står.

«**Menneske ser på det som fell i augo, men Herren ser på hjartet.**»

Eg har nett lese biografien om Olafia Johansdottir frå Island. Ho hadde eit brennande hjarta for «De Ulykkeligste», som boka for øvrig heiter.

Sjølvsagte ho seg midt blant dei ulykkeligste i Oslos gater. Der opna ho opp heimen sin for rusutsette kvinner som trong omsorg og hjelp.

Olafia var med på å etablera og organisera Det Hvite Bånd sitt arbeid på Island, heimlandet sitt.

Olafia kjempa ein kamp me andre gjerne tenkjer ho tapte. Nei, ho vann den enkelte utsette sitt hjarta og fekk føra mange til frelse. Det er alltid håp der Gud får rå grunnen.

Me kan tenkja at vårt arbeid i DHB er lite, men Gud ser stort på det vesle.

«**Gå du, Herren vil vera med deg.**» Dette var orda Herren møtte David med i kampen mot Goliat. Me er ikkje avhengige av fysiske rustningar, men å ta Guds fulle rustning på. Heile verda skal til sist få sjå at det finst berre ein Gud, Herren Allhærs Gud.

Rusen er den Goliat me i DHB møter og kjempar imot. Steinen i slyngja vår er **Guds ord**.

«Bare ro,» som eg har sett som overskrift, er relatert til ein sann historie frå seinare år.

Det var ein mann i Rogaland som kom ut for eit så dårleg ver at det ikkje var trygt å leggja utpå sjøen i ein open robåt.

Kva skulle han gjera? Heime sat kona og venta på han. Han var åleine på ei øy. Då høyrde han ei stemme som sa: «Berre ro!»

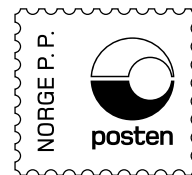
Ingen andre enn mannen var fysisk tilstades. Då skjøna han at Herren tala til han. Mannen valde å handla på tiltalen og tok årane fatt. Den opprørte sjøen vart heilt stille så langt utfrå båten som årane nådde. Mannen kom trygt i hamn på fastlandet. Denne hendinga førde til at mannen gav sitt liv til Jesus. Kan du tenkja deg gleda hjå kona hans som hadde bedt for mannen sin i 20 år? Gud høyrer bøn!!!

Lat våre bønner vera samstemte og direkte. Me ber for arbeidet vårt i DHB vidare. Me kjempar ei sak som Herren har lagt i våre hjarter. **Så lenge Herren går med oss kan me ikkje anna enn vinna.** Lat oss lytta til hans tiltalar og våga stå og gå på dei. Me kjempar den same saka som Olafia Johansdottir kjempa for **Gud, heim og alle folk.**

«**Ei tru utan gjerningar er ei død tru.**»

«RO, RO, BERRE RO» «**TRU, TRU, BERRE TRU!!!!!! JESUS ER VÅR OPPHAVSMANN OG FULLENDAR.**





JEG GÅR ALDRI FRA DEG

Når du går gjennom tåredalen
er Jeg med deg.
Når du ikke lenger ser veien,
er jeg Veien.
Når dine ben svikter,
bærer Jeg deg.

Alle dine barn
skal være lært av Meg.
Jeg vil lede dem trygt.
Og dine barns fred
skal være stor.
Jeg er Herren, din Gud,
og Jeg
går aldri fra deg.

Rita Aasen,
Lunde forlag

