

Junis Jasmin Alsham

*Höstdekoration en rolig och kreativ aktivitet.
Lövpysssel gav oss en massa vackra och
färgsprakande tavlor.*

Junis Jalla barn Sundsvall

"Frihet i bilder"

MITT

I  **GT-NTO**

Stärka, höja och rikta rösten

I vår arbetsplan för IOGT-NTO Mitt har vi tre huvudrubriker: - Stärka rösten, höja och rikta rösten.

Stärka rösten handlar främst hur vi arbetar internt inom rörelsen. Vad gör vi för att öka medlemsengagemanget, medlemsantalet och öka kunskapen hos våra medlemmar. En folkrörelse som IOGT-NTO måste synas och höras i det samhälle som vi verkar i. Det gäller att föra ut vårt budskap gentemot en bredare målgrupp, här kommer rubriken att Höja rösten. En förutsättning för att vi skall lyckas med vårt arbete kring att öka kunskapen och stärka opinionsbildningen är ett utvecklat samarbete med kommuner, regioner och andra organisationer inom civilsamhället, dit riktar vi rösten. I detta nummer av Mitt IOGT-NTO vill vi genom referat och marknadsföring av kommande arrangemang lyfta alla dessa tre delar.

När det gäller att stärka rösten har vi referat från Höst-Kick off träffarna i slutet av september,

kurshelgen i Gävle, vi gör reklam för Sobermeeting som vi arrangerar i januari i både Härnösand och Östersund.

Vit Jul är en kampanj som vi i IOGT-NTO rörelsen lyckats etablera i stora delar av samhället. Nu i slutet av året höjer vi verkligen rösten för att opinionsbilda för att så många barn som möjligt får fira en jul fri från alkohol. Junis erbjuder olika former av aktiviteter under jullovet. Vi har riktat rösten genom en politikerträff i Jämtland och gjort besök hos pensionärsorganisationer och Hjärt- och Lungföreningen i Örnsköldsvik. Så genom detta nummer av Mitt IOGT-NTO får du ett axplock, hur vi stärker, höjer och riktar rösten. Tillsammans kan vi. Ingen kan göra allt, men alla kan göra något.

Olle Häggström



Somaliska föreningen Östersund

Somaliska föreningen i Östersund arrangerade under höstlovet en kulturfest för barn- och ungdomar i IOGT-NTO:s lokaler på Kyrkgatan/Grängsgatan i Östersund. Man lekte, dansade och musicerade. Tre föreläsare från föreningen framträdde också. Över 100 personer deltog totalt, dock ej samtidigt då programmet räckte över en hel dag. Genomförandet skedde i samarbete med NBV, Östersunds kommun och Länsförsäkringar Jämtland.

Text: Thomas Stensson

Foton: Niman Jirde Muhummed



Trendspaning

Våra medlemmar har i mer än 100 år kämpat för en bättre värld med demokrati och solidaritet för alla. En kamp som hela tiden gått hand i hand med kampen för nykterheten. I takt med att samhället och världen förändras så ställs det allt högre krav på oss som organisation att hålla utkik på nya trender och samhällsförändringar. Viktigt är att vi är lyhörda om vad som ligger i tiden och vad som är samhällsutmaningar där vi kan göra skillnad. Vi behöver identifiera vad våra nuvarande medlemmar och framtida medlemmar har för behov och drivkrafter. Det betyder inte att vi måste göra avsteg eller sälja vår identitet, utan att fortsätta vara relevanta för våra medlemmar och för vår omvärld. Under höstupptakten var ett inslag att "Trendspana" vad vi ser för trender & tendenser i samhället och främst i våra lokala perspektiv.

Trendigt att vara nykter

Under perioder har nykterhet varit torrt och tråkigt och fördomar om nykterister har varit stor. Nu är det fler som visar sin nykterhet och valet att avstå alkohol utan olika ursäkter som att man kör eller är gravid mm.

Alkoholfritt tar plats och utmanar alkoholnormen

Fler och fler väljer alkoholfria alternativ vilket också systembolagets försäljningssiffror visar. Fler vittnar om ökad kvalitet i utbudet, men också om vikten att vilja stå upp för nykterhet, vilket gjort att fler väljer det alternativet. Framförallt gäller det unga vuxna men även ungdomar i högstadie- och Gymnasieålder. Vi har ändå en alkoholnorm som fortsatt är stark. Här kan vi tillsammans med andra som utmanar den förväntan som finns, om att dricka alkohol i olika sociala sammanhang, göra skillnad.



Minskad tillit – fler vill engagera sig i det man brinner för

Vi upplever idag att den mellanmännsliga tilliten minskar. Här har vi ett uppdrag som folkrörelse, nu som förr att bygga tillit mellan människor och nationaliteter. Vi ser också att människor eller grupper brinner för en specifik fråga i större utsträckning än för en kollektiv samvaro.

Normalisering av våld

Hänger ihop med föregående område om "minskad tillit". Vi gör redan i dag ett arbete i vårt program Föräldrastödsarbete. Främst i våra socioekonomiskt utsatta områden i Sverige. Vi kan göra mer och vi kan vara fler som engagerar sig. Regeringsföreträdare och polis uttrycker behovet att alla måste vara del i att bidra som motvikt i frågan. Ja, vi gör det redan, men vill göra mer.

Digitalt deltagande och rumsrenare aktivism på frammarsch

Oavsett hur vi ser på folkrörelse via skärm, till viss del, så är det ett nytt sätt för människor i stressade vardagar att kunna engagera sig och delta på kurser, samlingar och aktiviteter. Det ersätter inte fysiska motsvarigheter, men det kompletterar. Det är också via digitala perspektiv och sociala medier och andra digitala kanaler påverkan idag sker i större utsträckning.

Vad vi ser som trender i dag.

Återbruk – Odling – Svampkurs

Hantverk – Hälsa och friluftsliv

Sociala medier – TikTok – Kriminalitet

IOGT-NTO Mitt

Höstens kick off IOGT-NTO Mitt

Lördag den 23 september var det dags för Kick Off för IOGT-NTO Mitt. Denna gång samlades vi på tre platser Östersund, Sundsvall och Drömme utanför Örnsköldsvik, föreningarna fick välja den plats som var närmast. Samtliga ställen hade samma schema och tider. Vid Vissa av passen kopplade vi upp oss digitalt. Distriktsordförande Olle Häggström hälsade välkommen, gav en lägesrapport för distriktet och lyfte de större frågorna som behandlades på sommarens kongress. Vi fördjupade oss i arbetsplanen hur vi ska stärka organisationen, synas mer utåt och samverkar med andra. Sedan var det dags för trendspaning, vilka trender har vi i vårt samhälle och hur påverkar de oss i nykterhetsrörelsen. Denna del presenteras i en separat artikel. Dagen avslutades med en inspirations föreläsning av Simon Jaktlund som skapat Surfbukten i Östersund. Simon gav nya spännande perspektiv på hur vi får fart på våra idéer. Hur vi går från tanke till verksamhet. Nu gäller det för föreningarna att förverkliga de planer de finner intressanta just för sin förening. En viktig del av dessa samlingar är att få mötas och samtala med varandra. Vi kan återigen konstatera att när vi fikar och äter blir det så naturligt med samtalen och trevligt förstås.

Olle Häggström



Psykeveckan 2023 Örnsköldsvik

Vecka 45 är det Psykevecka. IOGT-NTO Mitt i Örnsköldsvik är en av arrangörerna tillsammans med Örnsköldsviks kommun, Region Västernorrland, Svenska kyrkan, Filmstudion Örnsköldsvik, RSMH, Attention, Sensus Samordningsförbundet, Bilda och Synskadades riksförbund.

Veckans tema: "Du är inte ensam"

Det var ett brett program och stort utbud av föreläsningar, information och fina möten. Olika personer med egna upplevelser och professioner var där. Däribland:

David Kroon "Ett krig mot de vuxna som inte gick att vinna"

Ulrika Stigberg "Om ingen pratar om det, hur skall man då veta?" Vad gör porren med den som tittar.

Axel Schylström "Bränd"

Våga prata Psykisk (o)hälsa



Våga prata psykisk hälsa med. Jonas Norberg, Anders Nydahl, Catharina Ericsson, Marielle Sjölund, Veronica Westin och Jon Moreus.

Rikta rösten mot politiker och tjänstemän

När det gäller vårt alkohol- och narkotika politiska arbete är det viktigt att vi från IOGT-NTO:s sida bygger nätverk och finner samarbetspartners. Här är politiker och tjänstemän på alla nivåer en viktig del. I Västernorrland har vi haft en mångårig tradition att bjuda in till årliga överläggningar. Detta är en del som vi vill implementera i Jämtlands län. I mitten av september bjöd vi in till en träff i Östersund, där vi blev ett 15-tal som samlades. Vår förbundsordförande Lucas Nilsson medverkade och gjorde en bra inledning. Lucas lyfte kopplingen mellan alkohol och narkotika och den situation vi har när det gäller gängkriminaliteten. Gårdsförsäljning av alkohol är en utredning som oroar oss mycket, och främst att det är ett hot mot systembolaget.



Här förde vi bra samtal med politiker och tjänstemän och fick medhåll att vi verkligen måste värna systembolaget och göra allt vad som står i vår makt för att det ej ska bli någon proposition kring så kallad gårdsförsäljning. Vi förde många bra samtal under förmiddagen, och knöt nya kontakter som förhoppningsvis kan bli samarbete med några av kommunerna i Jämtlands län.

Olle Häggström



Foto: Byline: Adam Karls-Johansson



Foto: Olle Häggström

Samverkan med andra organisationer

I 10-års tid har vi från IOGT-NTO tillsammans med akademiska organisationer och andra inom civilsamhället producerat tio olika forskningsrapporter. Detta har varit möjligt genom att sex internationellt etablerade forskare varje år har sammanställt forskning och presenterat dem på ett förståeligt sätt för gemene man. De senaste årens rapporter - **Alkohol och blodtryck** - **Alkohol och äldre** - **Alkohol och cancer** - **Alkohol och corona** - **Alkohol och graviditet**.

När det gäller Alkohol och graviditet gjordes en större satsning i IOGT-NTO Mitt under pandemin. Vi producerade filmer, delade ut haklappar på förlossningsavdelningarna. Nu under hösten har vi etablerat samarbeten främst kring Alkohol och äldre och Alkohol & blodtryck.

I mitten av september arrangerade Kramfors kommun och Region Västernorrland en Seniormässa för att lyfta de olika folkhälsofrågorna kost, motion, tobak, alkohol m.m.. Det stora dragplåstret var Sofia Åhman känd från TV som föreläste och genomförde ett "gympaprogram". IOGT-NTO föreningen Friskt Mod i Kramfors fanns på plats med en utställning. Studieförbundet NBV var också där. Vi erbjöd en föreläsning kring Alkohol och äldre, tyvärr samlade den bara ett 10-tal personer. Det bekräftade vår känsla att det är svårt att prata om alkohol. Även vid avstämning med professionen, visar det sig att det är lättare att ta upp frågor kring kost, motion, rökning och att alkoholfråga är en mycket öm tå. Detta vill vi naturligtvis ändra på och då är det kanske bäst om vi har möjlighet att medverka där man samlats inom sina organisationer.



Seniormässa Kramfors. Margit Ulander. Bengt Forsell och Olle Häggström.



Hjärt och Lung Örnsköldsvik Olle. Häggström



PRO Örnsköldsvik. Olle Häggström

Under senare delen av oktober hade PRO Ångermanland höstmöte där man samlade ett 50-tal personer från ett 20-tal olika föreningar. Vi fick möjlighet att medverka med en föreläsning av Olle Häggström med rubriken: Guldkant eller riskbruk, om äldres hälsa med föreläsning med utgångspunkt från dikter av Tage Danielsson, Märta Tikkanen och Ragnvei Axellie. Det blev flera positiva återkopplingar och förhoppningsvis kommer föreningar att boka oss för den medverkan, eller de andra vi erbjuder med rubrikerna Viktiga vuxna eller Festligt och gott.

Örnsköldsvik föreningen Hjärt och Lung arrangerade Hjärt dagen den 23 september och samlade över 120 personer. De hade tre kortare föreläsningar en hjärtsjuksköterska, en fysioterapeut och vi från IOGT-NTO som fick presentera delar ur forskningsrapporten Alkohol och blodtryck. Förhoppningsvis får vi vara med och sprida kunskap på fler ställen. Nästa år kommer forskningsrapporten Alkohol och Hjärnan.

Text och foto: Olle Häggström

Hjälp oss sprida budskapet om en Vit jul

Alla barn har rätt till en trygg och mysig jul, utan att behöva oroa sig för vuxna som dricker. Men allt för många barn och unga räknar ner till jul med en klump i magen.

Femton procent av alla barn påverkas negativt av att en förälder dricker för mycket alkohol och julhelgen kan vara extra jobbig för den som har det tufft hemma. När samhället stänger ned och går på juledighet – då finns vi där och gör julen till barnens högtid. Kampanjen Vit jul behövs – var med och hjälp oss att sprida budskapet! Tillsammans gör vi skillnad för barnen.

Det finns material att ladda hem på vitjul.se

Har du frågor och funderingar. Kontakta nedanstående:

Thomas Stensson i Östersund, thomas.stensson@iogt.se

Carita Näsström i Örnsköldsvik, carita.nasstrom@junis.se



IOGT-NTO Mitt kommer tillsammans med Junis Västernorrland och Junis Jämtland att samla in namnunderskrifter för att få fler att "Ta ställning för en vit jul". Vill du vara ute och samla in namnunderskrifter och samtidigt värva medlemmar kontakter du något av våra två kontor (Östersund eller Örnsköldsvik) så får du ta del av material kostnadsfritt. Alla som skriver under namninsamlingen deltar i utlottningen av paket med alkoholfria drycker (till ett värde av 250 kronor). Vi samlar in namnunderskrifter mellan 22 november och 24 december. Vinnaren meddelas i januari 2024. Skanna QR-koden eller gå in på junis.se/vasternorrland och klicka på Vitjul fliken.

Att avstå är årets bästa julklass!

Ta ställning för barnens skull

Vart femte barn påverkas av en förälders eller nära vuxens drickande.

De barnen finns i varje klassrum, i varje idrottslag, på varje buss och på varje barnkalas. Julen är barnens högtid och det är upp till oss vuxna att se till att det blir så.

Skriv under för en nykter julafton, juldag och annandag jul!

Scanna QR-koden eller signera på listan. Vi lottar ut alkoholfria dryckespaket till värde av 250 kr!

Läs mer om vinsterna på www.junis.se/vasternorrland samt om Vit Jul på vitjul.se

IOGT-NTO-RÖRELSEN

Program Härnösand

SOBER MEETING



Lördag 13 januari

Härnösand

Deltagaravgift: 550 kronor

Medföljande barn till reducerat pris

11.30 Matig macka

12.00 Gemensam inledning

12.30-14.00 Valbara pass

14.00-14.30 Fika

14.30-16.00 Valbara pass



16.00 Gemensam avslutning

16.30 Middag

19.00 Teater

Mitt Revyn "För Sverige i Tidö"



DISTRIKT MITT

Anmälan till Olle Häggström
olle.haggstrom@iogt.se,
senast 1 januari 2024.



Program Härnösand

SOBER MEETING



Valbara pass del 1 12.30-14.00

- A. Aktuellt i alkohol- och narkotikafrågan
med Lucas Nilsson
- B. Pysselaktiviteter (gör din egen smörkniv,
snöglob eller fingervirka)
- C. Digital teknik. Testa VR och AI.
Föreläsare från NBV

Valbara pass del 2 14.30-16.00

- D. “Hur jag bröt mig ur asfalten som
maskrosbarn” med Emilia Qvarnström
- E. Samtal om framtidens IOGT-NTO-
rörelse med Lucas Nilsson.
- F. Digital teknik. Testa VR och AI.
Föreläsare från NBV.



DISTRIKT MITT

Välkommen med din anmälan till Olle Häggström via mejl
olle.haggstrom@iogt.se senast 1 januari 2024.

Program Östersund

SOBER MEETING



Lördag 20 januari

Östersund, Pelarsalen (Grängsgatan 9)

Deltagaravgift: 550 kronor

Medföljande barn till reducerat pris

12.30 Matig macka

13.00 Gemensam inledning

13.30 Workshop "Vi bygger verksamhet" med Björn Lanefeldt

14.00-14.15

14.15 Fortsättning program



16.00 Gemensam avslutning

16.30 Middag

19.00 Östersundsrevyn "Vilken cirkus!"

Anmälan till Thomas Stensson

thomas.stensson@iogt.se eller

063-13 20 4. Sista

anmälningdag är 22 december.



DISTRIKT MITT



Program Östersund

SOBER

MEETING



Vi bygger verksamhet!

Björn Lanefelt från IOGT-NTO föreningen Ihärdig i Skene leder en workshop med utgångspunkt från sin förenings erfarenheter av att både bygga ett hus och engagemang. Hur gör vi det som känns omöjligt – möjligt med gemensamma krafter? Björn har ett långt och varierat engagemang i IOGT-NTO-rörelsen bakom sig.

Kurshelg i Gävle 20-21 oktober

Den 20-21 oktober genomförde SKO-projektets fyra distrikt (Mitt, GävleDala, Svea och Sydost) en kurshelg i Gävle med fokus på alkohol- och narkotikapolitik. Ungefär 40 deltagare gemensamt från distrikten samlades och fick möjlighet till att lyssna på olika föreläsningar. Kursdeltagarna fick bland annat möjlighet att lyssna till Farida al-Abani som är generalsekreterare på Svenska sällskapet för nykterhet och folkbildning, hon pratade om



Johan Fridlund, medlem i IOGT-NTO Mitt berättar *"Det var en innehållsrik helg med mycket kunskap och trevliga samtal som utbyttes."*

om varför ni nykterister finns, behövs och om varför alkoholbruket förtjänar att bekämpas och förebyggas. Vi fick också lära oss mer om alkoholpolitik ur ett europeiskt perspektiv tillsammans med Emil Juslin som är politisk sekreterare på IOGT-NTO. Lördagen avslutades med praktiska valbara pass då vi fick lära oss att skriva insändare, debattera i sociala medier och om kampanjen "Våga prata om alkohol".

Linda Tjälldén, projektledare SKO (samverkan, kunskap och opinionsbildning)



Mona Örjes, Junis förbundsordförande var en av kurshelgens föreläsare, Mona berättade bland annat om Junis arbete med barn som växer upp i familjer med missbruk.

Programsidorna utgår!

Programsidorna utgår! Det är lättare att titta på Facebook och hemsidor samt tidningsannonser på den plats man bor på. Roligare om ni skickar in arrangemang som ni genomfört så vi kan få inspiration från varandra om olika aktiviteter som genomförts. Här nedan finns en del kontaktsidor som vi har i vårt distrikt.

Hemsidor:

iogt.se

mitt.iogt.se

junis.se

unf.se

junis.se/vasternorrland

junis.se/jamtland

Facebook i IOGT-NTO Mitt

IOGT-NTO Mitt

IOGT-NTO Mitt Medlem

IOGT-NTO Örnsköldsvik

IOGT-NTO Husum

IOGT-NTO Härnösand

Lilla Buröholmen

Sommarhemmet (Domsjö)

Räddningsplankan kamratstöd
Östersund IOGT-NTO

Drömme

Facebook Centralt.

IOGT-NTO

IOGT-NTO medlem

IOGT-NTO Diskussion

Tidning

Kramfors annonserar i
Tidningen Ångermanland.

Manusstopp för nästa tidning 29/1-2024. Tidningen kommer ut 16/2



Läser du vår digitala tidning?



Undersökning om IOGT-NTO Mitts
medlemstidning



Vi är nyfiken på om du faktiskt läser vår digitala tidning Mitt IOGT-NTO?

Vi lottar ut Vitjulprylar bland er som går in och fyller i uppgifterna

Scanna QR koden eller gå in på <https://mitt.iogt.se/undersokning/>