

MOT RUSGIFT

Rusgiftpolitisk tidsskrift

Nr 1 – 2017

Kr 100

- Det må alltid være greit å si nei takk
- Vedtatte retningslinjer
- Skistjernene som rollemodeller
- Dansere drikker ikke – De ruser seg på dansen
- Tankevekkende kampanje

Alkohol & idrett





Alkohol og idrett

Idretten skal være et trygt sted for foreldrene å sende barn og unge, hvor de får utvikle seg positivt, og lærer å kjenne idretts glede og vennskap i et sunt miljø, hvor voksne, trenere og foreldre som deltar går foran som gode rollemodeller, også når det gjelder å holde idretten og samværet alkoholfritt.

Idretten, som landets største folkebevegelse når på ett eller annet tidspunkt de aller fleste barn og unge. Noen forsvinner igjen, og finner seg andre interesser, men for mange blir idretten den viktigste tilknytningen de har. Her er det også viktig at foreldre og foresatte fungerer som gode rollemodeller og deltar aktivt som frivillige og ledere i barnas idrettsaktiviteter. Da har det betydning hvilket idrettsmiljø de er med på å skape. Er det et inkluderende og sosialt tilbud idrettslagene tilbyr sine yngste, eller er det et sted hvor konkurranse og utstøting av dem som ikke har de ypperste ferdighetene, står øverst på dagsordenen. Og er det et sted hvor foreldre kan sende ungene sine i forvisning om at idrettslag og -klubber lever opp til idrettsforbundets målsetting om at idretten skal være en alkoholfri sone for barn og unge?

Foreldre har aldri vært mer involvert i barnas idrettsaktiviteter enn nå, og det skyldes ikke bare sportsinteresse. Foreldre trekkes mot barnas idrettsaktiviteter fordi de vil ha en nær relasjon til barna i en livsfase der ungdom søker mer selvstendighet, viser ny forskning. (Publisert i tidsskriftet «Sport, Education and Society».)

Idretten kan i dag sees som en forlengelse av familielivet i mange barne- og ungdomsfamilier. Forskerne finner at idretten tilbyr et fellesskap, der foreldrene kan kjøre, hente, kjøpe utstyr, være tilskuere, stille på dugnader og være trenere og i sum ha en legitim plass i ungdommens liv. Slik bidrar idretten til å realisere et rådende ideal for foreldrerollen hvor det å være emosjonelt involvert og «tett» på er sentralt, ifølge forskerne. Forskere sier idretten også gir foreldrene mulighet til å observere hvordan barna har det og fungerer med andre. De kan gi råd og veiledning ved behov. Slik sett blir idretten en slags forlengelse av familielivet, sier forskerne.

Men idretten kan også være en erstatning for familielivet. Noen barn og unge har ikke foreldre som i samme grad er villige til å følge dem opp innenfor idretten. De har det kanskje vanskelig hjemme, el-

ler er sårbar på andre måter, f.eks. p.g.a. psykiske problemer eller alkoholproblemer i hjemmet. Også for disse barna skal idretten være et tilbud. Idrettsmiljøet fungerer her ofte som en erstatning for familien. Gode trenere og ledere og andre foreldre får gjennom idretten mulighet til å påvirke disse barna i en positiv retning og trekke dem inn i en sunn utfoldelse. Her kan alkohol i miljøet gjøre ubotelig skade.

Alkoholen kan også være farlig etter at en idrettskarriere er over. Så lenge trening og faste tider har holdt en i gang, greier de fleste å kontrollere alkoholforbruket. Men når karrieren er over, skal tomheten fylles med noe, og det blir ofte alkohol. Fotballspilleren Claus Lundekvam har skrevet bok om sine problemer knyttet til avslutning av karrieren – hvor tomheten og fraværet fra rampelyset ble fylt med alkohol og kokain i så stor grad at flere gangers avvenning og rehabilitering var nødvendig. Mange tidligere toppidrettsutøvere sliter med alkoholproblemer. Å tenke på fremtiden, både når det gjelder utdanning, framtidig yrke og å holde alkoholen på avstand både under og etter karrieren kan nok være lurt.

De fleste aktive idrettsutøvere vil nok likevel være mest opptatt av hvilken rolle alkoholen spiller under trening og konkurranser. Alkohol er ikke akkurat prestasjonsfremmende. En lav promille kan avgjøre om du blir først eller sist i en konkurranse. Dagen derpå jobber kroppen med å kvitte seg med alkoholen og nedbrytningsproduktene. Hormonsystemene i kroppen er negativt påvirket når det gjelder kroppens evne til å bygge opp utholdenhet og styrke. Å trene en eller to dager etter en rotbløyte kan være bortkastet og i verste fall negativt. Amerikanerne sier: On booze – two days you loose. Så hvis du tar idretten din alvorlig og vil bli god – så er alkoholen en negativ venn.

Knut T. Reinås

Knut T. Reinås

Innhold

Utgave 1 2017



Kunnskapsturneen «Idrett og alkohol»	4
Skjenking på idrettsarenaer	8
Det må alltid være greit å si «NEI TAKK»	10
Idrett, alkohol og verdier	12
Uttalelser om idrett og alkohol	15
«Vi er en del av underholdningsbransjen»	16
U greit å utfordre idrettens felles retningslinjer	17
Norges Idrettsforbunds syn på alkohol i idretten	18
Ingen alkoholserving på idrettsgallaen	20
Vedtatte retningslinjer	21
Idrettens holdning til alkohol	21
Topplagene i Eliteserien reduserer alkoholbruken	22
Skistjernene som rollemodeller	23
Idretten har et stort ansvar	26
Brann og toppklubbene tar samfunnsansvar	28
NTG Kongsvinger tar idretten og alkoholen på alvor	32
Norges Toppidrettsgymnas	35
Kickbokser bryter drikkepresset	36
Dansere drikker ikke – de ruser seg på dansen	39
Satsar på gode førebilete	40
En ølskvett – og jeg spiller dårligere	42
Historien gjentar seg	44

TIL BIDRAGSYTERNE

Tidsskriftet Mot Rusgift redigeres etter redaktørplakaten. Tidsskriftet er medlem av Norsk Tidsskriftforening. Innholdet i artiklene står for forfatterens regning, og er ikke nødvendigvis uttrykk for redaksjonens eller eierens syn.

Vi behandler temaer innenfor områdene alkoholpolitikk, narkotikapolitikk, behandlingspolitikk, rusgiftforebygging, dopingproblematikk, rusgiftforskning og internasjonalt samarbeid.

Tidsskriftet Mot Rusgift har over tid utviklet sin terminologi, og alle bidrag og artikler blir redigert i samsvar med dette. Hensikten er å få en så enhetlig stil som mulig.

Vi bruker ikke begrepet «misbruk», eller sammensetninger med dette. Vi bruker ikke begrepet «rusbehandling», men f.eks. avhengighetsbehandling. Vi bruker ikke begrepene «alkoholiker» eller «narkoman», men begreper som «alkoholavhengig», «narkotikaavhengig» osv. Vi bruker også gjennomgående begrepet «rusgift» istedenfor «rusmiddel», som er mer vanlig i offentlig sammenheng. Se: www.fmr.no/ordbok

Vi inviterer skribenter innenfor rusgiftfeltet til å skrive i Mot Rusgift. Ubestilte bidrag honorerer ikke.

Dersom du ønsker å skrive i Mot Rusgift, eller har tips om hva vi skal skrive om, ta kontakt.

MOT RUSGIFT

Redaksjonen er avsluttet 20.04.2017

REDAKSJON

Forbundet Mot Rusgift
Pb. 6723 St. Olavs plass, 0130 Oslo
Tel: +47 940 08 830 / post@fmr.no / www.fmr.no

REDAKTØR

Knut T. Reinås, tel +47 97 59 55 48

PRODUKSJON

Lynx Porter Novelli, turid@lynx.no

UTGITT AV Forbundet Mot Rusgift
Utgave nr 110 / ISSN 0806-9107

DESIGN

Lynx Porter Novelli / Forside: AdobeStock

ABONNEMENT

Kr. 300 pr. år
post@fmr.no / tel +47 940 08 830 / www.fmr.no

ANNONSER

Turid Vikør Bråthen, tel +47 23 13 14 80

Forbundet Mot Rusgift arbeider for å beskrive både rusgiftproblemet, årsakene og mulighetene til å bekjempe det. Bladet Mot Rusgift formidler kunnskap om dette fagområdet i fire utgivelser i året.

Kunnskapsturneen «Idrett og alkohol»

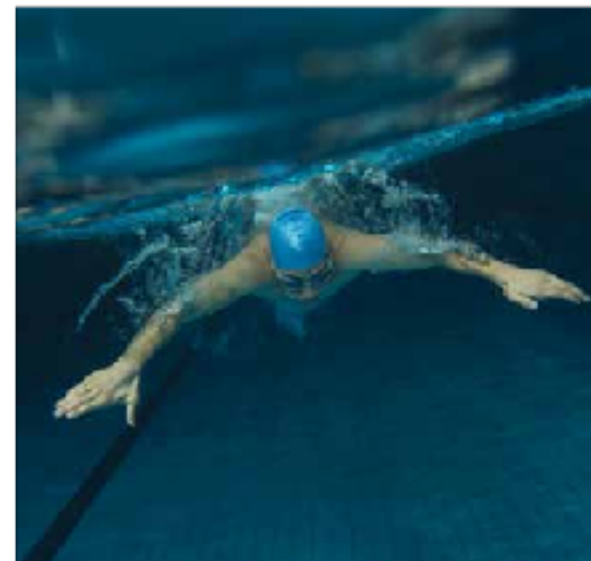
Forbundet mot Rusgift har gjennomført Kunnskapsturneen «Idrett og alkohol». Det har FMR gjort og gjør med god hjelp fra Idrettsforbundet, flere av idrettskretsene, Skiforbundets Erik Røste, organisasjonen «Idrett uten alkohol», Actis, ishockeyklubben Stavanger Oilers, Tromsø Swingklubb, Nordhordland Folkehøgskole, NTG Kongsvinger og andre gode krefter.



AV HARALD BRÅTHEN

«Gi ungene ei flaske brennevin før idretten tar dem!», sa Stavanger-komikeren Per Inge Torkelsen for mange år siden. Er dette et godt råd, eller er idretten det fristedet fra alkohol som Idrettsforbundet og Forbundet mot Rusgift – FMR – ønsker det skal være?

Vi har tatt spørsmålet med oss på møter landet rundt – til Stavanger, Kristiansand, Bergen, Tromsø, Ås og Kongsvinger.



VI MÅ VÆRE POSITIVE, TRYGGE OG TYDELIGE ROLLEMODELLER

Idrett og alkohol slik Norges Idrettsforbund og Akershus Idrettskrets ser det, ved leder i Akershus Idrettskrets, Nordis Olausen.

Dette synspunktet, at idretten bør være en alkoholfri sone, støttes fullt ut av Norges Idrettsforbund, særforbundene og idrettskretsene.

Samtidig er ikke vi i idretten bevisste nok på at vi må være positive rollemodeller også ute i lokalmiljøene og hos de enkeltpersoner som idretten er

tuftet på. Vi må være trygge, tydelige rollemodeller, ta et standpunkt og jobbe langsiktig.

Vi behøver ikke gå på galeien for å ha det moro. Likevel er det en kjensgjerning at mange har debutert med alkohol nettopp i idretten. Ikke minst har mange helgeturer vært uheldige.

For idretten er det fire hovedoppgaver som teller på dette området.

- 1) Idretten skal arbeide mot alkoholbruk
- 2) Idretten skal være en trygg arena for barn og unge
- 3) Idretten skal informere om skadevirkninger av alkohol
- 4) Idretten skal utvikle en trygg tribunekultur

Vi må tenke langsiktig – og være tro mot egne verdier.



ILDSJELEN VIDAR BØE: «EN TANN OG TO ØL»

ILDSJELEN Vidar Bøe er opptatt av hvordan det går med dem som ikke finner plassen sin i idretten. Ungdommene som idretten vraker fordi de ikke er gode nok i fotball, ishockey, løp, kast, hopp.

I Frankrike for 18 år siden satt han på restaurant og observerte han som satt der med sin fine ene tann – og to øl.

Hvor gikk det galt?

I arbeidet sitt som politimann møtte han mange av dem som ble vraket. Men han lærte også mer om hva som lå bak.

Gode, snille gutter som trengte noe annet enn skjenn og straff. En god samtale, Et sted å høre til. Idretten må være dette alternativet også for dem som står i fare for å havne på skrånplanet, eller som trenger en ny sjanse.

Kanskje ikke for å sette verdensrekorder. Men for å ha positive opplevelser. Det er mye mer spennende å rafte enn å ha politiet i hæla! ■



KICKBOKSEREN PERNILLE BURE KARLSEN: «MIN TØFFESTE KAMP!»

Pernilles tøffeste kamp var ikke den hun opplevde i kampsportingen. Hennes tøffeste kamp var kampen for å bli anerkjent hjemme i Engelsviken da hun sa nei takk til alkohol og satset på idretten. Her var det vanlig med alkohol fra 13-14-års-alderen.

Det var sårt å bli mer og mer ekskludert og ikke invitert til jentekvelder, bursdager og andre tilstelninger.

Hun ble det sorte fåret i en kultur hvor drikk og røyking var kult. Pernille valgte å ikke drikke – og det ble ikke godkjent. På ungdomsskolen var det ikke viktig å være god i idrett eller god i skolefagene. Pernille ville det annerledes.

Hun gikk ut med toppkarakterer. Vant to NM-gull og Irish Open før hun ble skadet, men satser for fullt for å komme tilbake etter skadeavbruddet.

Hun har mistet mange venner. Også noen på grunn av alkohol og bilkjøring.

Pernille har gått mange tøffe kamper i kickboksingen, men enda tøffere har det vært å se på de mange som har misbrukt muligheten sine både i utdanning, arbeid og idrett. ■



ODD LINDBERG: «ALKOHOLEN – FARLIG VENN VED KARRIERESLUTT.»

Odd Lindberg er den ukjente fotballproffen som da han sluttet med fotballen ble «ordentlig» professor. Han fastslår at altfor mange drikker mye i løpet av fotballkarrieren – og at alkoholen er en farlig venn ved karriereslutt.

De fleste proffspillere har hatt en høy levestandard som synker når idrettskarrieren er over om du ikke har sikret deg en utdanning og et yrke.

Identiteten som har vært knyttet til fotballen, blir borte med et PANG! Det blir slutt med å være i medias søkelys.

Da blir det lett å fylle tomheten med alkohol.

Hvem er jeg nå? Du havner i et stort svart hull. Du mister en identitet som har vært bærende hele livet.

Jeg fant meningen.

Jeg følte også en tomhet og drakk mye i helgene etter at fotballen var over. Men jeg hadde også lest bøker mens fotballvennen mine spilte kort, og jeg tok fatt på et forsker-utdanning som ga meg noe av det samme adrenalin-kicket som jeg hadde opplevd i idretten.

Klubbene bør ha en som forbereder livet etter idretten. Ellers kan det bli tragisk, som det er blitt for altfor mange.

«Mitt liv er ikke verdt noen ting», kan du tenke og ender i verste fall opp med spill, alkohol og andre rusgifter.

Kanskje trenger vi en grunn til ikke å drikke?

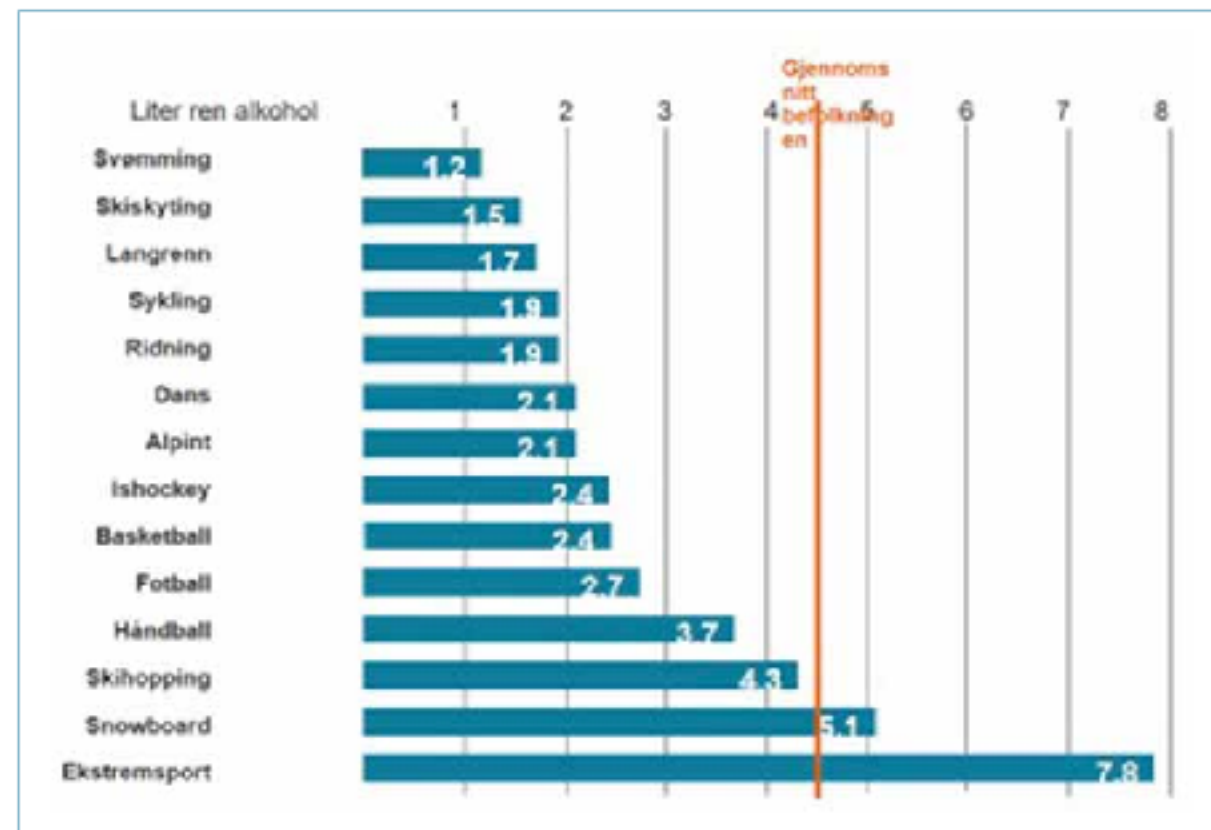
Vi vet i hvert fall at gir du fanden lille-fingeren, så skal det sterke krefter til for å komme ut igjen av ulykksaligheten. ■



Identiteten som har vært knyttet til fotballen, blir borte med et PANG! Det blir slutt med å være i medias søkelys.

» *Samtidig er ikke vi i idretten bevisste nok på at vi må være positive rollemodeller også ute i lokalmiljøene og hos de enkeltpersoner som idretten er tuftet på.* Nordis Olavsøen

I DISSE IDRETTENE DRIKES DET MINST – OG MEST



Utøvere som ikke drikker er fjernet fra utvalget. Utøvere i utholdenhetsidretter drikker minst, og de som driver mer eksplosive og spenningsrelaterte idretter drikker mest.



KNUT T. REINÅS,
FMR: «FAKTA OM
ALKOHOL OG IDRETT
– NOEN FAGLIGE
KOMMENTARER»

Knut Reinås er magister i sosiologi og har jobbet med alkohol- og narkotikaspørsmål hele sitt voksne liv, både faglig og frivillig. Han var fra barnsben medlem av et idrettslag, og holder seg fortsatt i form med trening.

At alkohol svekker både ytelsene under trening og nytten av trening dagen derpå er et viktig moment når en skal vurdere om bruk av alkohol skal være en del av ens trenings- og konkurransetilværelse, sa han.

ALKOHOL PÅVIRKER HORMONER

Alkohol kan påvirke nivået av flere hormoner:

- Produksjonen av mannlig kjønnshormon, testosteron kan synke. Testosteron er viktig for oppbygging av muskelmasse. Jo lavere testosteronproduksjonen er, jo lavere muskelmasse kan du bygge og opprettholde.
- Mengden antidiuretisk hormon vil gå ned, slik at urinproduksjonen øker. Både alkohol og trening er vandrivende. Alkohol har dessuten effekter på hjerte og blodkar som er lite gunstige å kombinere med trening.
- Konsentrasjonen av stresshormonet kortisol øker. I kombinasjon med mindre testosteron kan dette over lengre tid medføre nedbrytning av muskelmasse.
- Andre stresshormoner kan øke; et symptom er uregelmessig hjerterytme.
- Blodsukkeret påvirkes fordi alkohol påvirker insulinet. Diabetikere må være oppmerksomme på dette.

NÅR DU DRIKKER ALKOHOL I FORBINDELSE MED TRENING KAN VI I KORTHET SI AT DU:

- Taper væske i kroppen
- Du får økt nivå av melkesyre
- Du får høyere hvilepuls, ubehag
- Leveren tomtes for glykogen
- Du får dårligere presisjon
- Risikoen for skader øker

DEHYDRERING OG DÅRLIG BALANSE

Følgende akutte fysiologiske effekter av alkohol har betydning for trening og prestasjon:

- Dehydrering og tap av væske på grunn av alkoholens hemmende virkning på antidiuretisk hormon med dertil økt urinutskillelse.
- Dårligere balanse og koordinasjon
- Svekket reaksjonsevne og konsentrasjonsevne
- Alkohol hemmer fettoksidasjon og fører dermed til redusert fettforbrenning spesielt etter måltider, og resulterer i akkumulering av fett rundt magen.
- Alkohol hemmer glykolysen (nedbrytningen av glykose) og gir dermed redusert energitilgjengelighet i forbindelse med harde kortvarige maksimale ytelser.
- Alkohol hemmer glukoneogenesen (nydannelse av glykose) i lever og kan bidra til redusert energitilgjengelighet på langvarige utholdenhetsøkt.

» *Det var sårt å bli mer og mer ekskludert og ikke invitert til jentekvelder, bursdager og andre tilstelninger.* Pernille Bure Karlsen

Skjenking på idrettsarenaer

Nordmenn drikker mer enn før. Vi får stadig flere arenaer i samfunnet der det serveres alkohol, fra frisøren og interiørbutikken til kino og bibliotek. At det så ofte er alkoholserving for eksempel på ulike kultur- og idrettsarrangement gjør det nettopp ugreit å ha med barn, sa Mari Greta Bården, politisk rådgiver i Actis.



AV KNUT T. REINÅS

Det kan også gjøre at folk med et vanskelig forhold til alkohol lar være å komme, noe som kan virke ekskluderende for denne gruppa. Det gjør det enda viktigere med noen frisoner, og det er viktig at det finnes alkoholfrie soner der barn og unge og voksne kan være sammen uten at det er alkohol tilstede. Det er derfor et viktig prinsipp at idrettsarrangementer er alkoholfrie, mente hun.

FLERE, IKKE FÆRRE ALKOHOLFRIE SONER

Actis spurte før sommeren 2016 folk om behovet for flere alkoholfrie soner og fikk et kraftfullt svar tilbake: 75 prosent av oss ønsker seg flere alkoholfrie soner i samfunnet i dag. (TNS Gallups helsebarometer – hele befolkningen N=1700).

Det er ganske unikt det vi har i Norge med at idrettsarrangement er noe vi drar på sammen med familien. Det er det viktig å verne om, og derfor er det også viktig at vi tar vare på den sterke tradisjonen med at alkohol og idrett ikke hører sammen. Nå ser vi at det utfordres. Flere idrettslag og -klubber ønsker å ha skjenkebevilling på sine stadioner og arenaer, primært for å øke inntektene sine. Men vi ser også flere lokalpolitikere som ønsker dette og åpner for flere skjenkebevillinger.

Holmenkollen skifestival utløste forrige vinter en stor debatt og medieoppmerksomhet rundt dette, der after ski-arrangementet, som ikke ventet til "after", men startet mens Kollen fortsatt var fylt opp av folk, gjerne med barn, som skulle se skirenn og hopprenn. Beskrivelsene etterpå handlet om fyllefest, bråk og slåssing framfor idrettsfest og glede og god stemning, slik det burde ha vært. Dette er ikke unikt for Holmenkollen. I forkant av World Cup på Kvitfjell var arrangørene ute og oppfordret folk til måtehold etter at fylla på arrangementet året før hadde endt opp både med slagsmål og at enkelte rotet seg ut på togskimmene, som går like ved målområdet i Kvitfjell.

IDRETTE SKAL VÆRE INKLUDERENDE FOR ALLE

Alkoholfrie arenaer er viktig for at idretten skal være inkluderende for alle, også barn og ungdom. Alkoholsalg kan være en stor inntektskilde for mange idrettslag, men her er det viktig at idrettslagene ser det store bildet og ikke kun tenker profitt. Idrett og alkohol hører ikke sammen hverken i langrennsløypa eller på fotballbanen. Folk skal slippe å bli plaget av fulle tilskuere som lager trøbbel, og arrangementene skal være åpne og tiltrekkende for alle, og det skal også være hyggelig å ha med seg barn som heller ikke skal plaget av andres fyll, mener Mari Greta Bården.

IKKE BARE PUBLIKUM

Debatten om idrett og alkohol kan heller ikke bare handle om publikum. Etter sesongslutt i 2016 tok fire langrennsløpere opp problemet med at

NM-banketten endte i en fyllefest i en kronikk i Aftenposten. Der skriver de bl.a. at de kjenner langrennsløpere som ikke ønsker å delta på banketten, fordi de ikke trives på fester der det er mye alkohol i omløp. Det er jo trist og ekskluderende, noe arrangementer innenfor idretten ikke bør være.

Ved siden av skolen er idretten vår viktigste felles læringsarena. De aller fleste barn er innom organisert idrett. Idretten skal være et fristed for barn og unge, og de skal inkluderes på alle plan, også på festen etter siste langrennsløp eller når hjemmelaget vinner en fotballkamp. Da passer det dårlig med alkohol.

IDRETTSFORBUNDETS OFFISELLE HOLDNING

Bården er glad for holdningene fra idrettsforbundet sentralt. Talspersonene derfra er svært tydelige på at Norges idrettsforbund er Norges største barne- og ungdomsorganisasjon og at de derfor er tilhenger av at idrettsarenaen skal være en alkoholfri sone. Hun er også glad for understrekingen av at Idrettsforbundets holdning til alkohol på idrettsarenaen ligger fast. De var skeptiske den gang VIP-arenaene med alkoholserving ble introdusert i Norge, og de er betydelig skeptiske til at adgangen til alkohol utvides når til gjelde publikum generelt. Per Tøien, kommunikasjonsdirektør og leder av idrettspolitisk avdeling, uttalte følgende til VG:

"Den prinsipielle grensen for servering av alkohol på idrettsarrangement ble brutt da VIP-arenaene kom, men vår holdning ligger fast. Koblingen mellom idrett og alkohol er ubeldig og unødvendig. Med åpning for servering også for alle tilskuere, senker vi terskelen for tilgang på alkohol betydelig og vi sannsynliggjør også en økt kontakt mellom barn og ungdom – og voksne som bruker (eller misbruker) alkohol under arrangementene."

Utfordringen er å få denne holdningen til å speiles i hele idretten – i de ulike delene av idrettsfamilien og på ulike nivåer. Det bør jo være et mål for idretten at den er spennende nok å se på uten alkohol.



Politisk rådgiver i Actis, Mari Greta Bården holdt et innlegg under FMPs kunnskapsturne om idrett og alkohol i Ås.

ET KOMMUNALT ANSVAR

Dette er også et kommunalt ansvar. Det er kommunen som eventuelt gir bevilling til salg av alkohol på idrettsarrangement. Det pålegger våre lokalpolitikere et stort ansvar. Det trengs politikere som er tydelige og som tør å ta ansvar for ikke å gi skjenkebevillinger til idrettsarenaer og idrettsarrangement. Men disse politikerne trenger også tydelig støtte og oppbacking fra de frivillige organisasjonene, så det er også viktig at de er aktive der.

Vi vet jo mye fra utelivet om hvor galt det kan gå. Helsedirektoratet opplyser at 80 prosent av alle voldstilfeller i Norge er alkoholrelaterte, og vi vet fra både norsk og internasjonal forskning at det er en klar sammenheng mellom vold og alkohol. I tillegg viser en undersøkelse Helsedirektoratet gjorde i 2014 at 36 prosent av befolkningen er redde for å oppholde seg i sentrum i sin hjemkommune på nattestid i helgene. Det er mye på grunn av skjenkepolitikken og det den fører med seg av fyll og bråk.

Derfor bør vi stoppe opp litt og tenke oss om: Er dette noe vi vil innføre i idretten?

Det må alltid være greit å si «NEI TAKK»

«Jeg legger meg helt flat. Jeg er så skuffet over meg selv», sier ex-hopperen Bjørn Einar Romøren til Aftenposten etter at han ble fratatt førerkortet på vei til avslutningen av Raw Air i Vikersund.



AV HARALD BRÅTHEN

Samme helg hadde skiskytterne sin sesongavslutningsfest på Holmenkollen Park Hotell. Ikke vet jeg hvilken rolle alkoholen har spilt der, men det har den sikkert! Ja, for de færreste går ut i hotellgangen midt på natten og utløser brannalarmen. Flere ganger. Uroer hotelgjestene og besørger full uttrykning av politi og brannvesen. Og varsling til media.



Artikkelforfatteren, Harald Bråthen under kunnskapsturneens besøk i Tromsø Swingklubb.

Skiskytterne er kjent for å være noen «skøyerfanter». Som da de stod på løypekanten og viste de kvinnelige skiskytterne «blanke messingene». Eller da de samme slapp luften ut av dekkene på bobilen til legenden, perfektionisten, avholdsmannen Ole Einar Bjørndalen. Ganske uskyldig, kanskje litt morsomt også, men neppe for han som stod der med fire flate dekk. Eller for de flere hundrede gjestene på Holmenkollen Park.

NÅ SKAL DERE VEL FEIRE?

I intervju og samtaler med Erik Røste, skipresidenten, (Skiskytterne er ikke organisert i Norges Skiforbund) har vi snakket mye om festing, sesongavslutninger og reporterens evinnelige spørsmål: «Nå skal dere vel feire?» Og Erik Røste har vært ganske klar på at selv om det skal feires, så må du kunne gjøre det uten at det blir avisoverskrifter av det. Kanskje er det sannelig skiskytterne har tenkt også, men du er garantert medieomtalt når du trykker på brannalarmen og tilkaller både politi, brannvesen og media.

LEKNE GUTTER – LETTE Å LEDE

Selv har jeg min idrettsbakgrunn fra ishockey, sykkel, fotball (som gutte- og bedriftsspiller), og fem år som president i Norges Danseforbund. Ishockeygutta - de fleste av oss med oppvekst på Oslo Øst, var gjennom mange år sett på som verstingene. Ishockeymiljøet var avgjort ikke alkoholfritt. Samtidig var vi en gruppe oppegående, glade og lekne ungdommer – både på og utenfor banen. «Ishockeygutta var snille gutter, men lette å lede,» sa jeg alltid. Og når det skulle ledes, så var det jo til noe som noen syntes var morsomt.

FEIRET MED PIZZA OG KAKE

En av historiene fra norsk ishockey i forrige århundre, var da en av spillerne etter landskamper i Sveits brukte brannsløkkingsapparatene til å slokke den

BJØRN EINAR ROMØREN ER SKUFFET OVER SEG SELV



Bjørn Einar Romøren bekrefter at han er fratatt førerkortet på grunn av fyllekjøring, nå legger han seg helt flat og er skuffet over seg selv. Skjermdump fra SPORTEN.COM

brannen som ikke var. Ikke særlig populært nei. Før OL i Grenoble i 1968 fikk vi de strengeste formaninger om ikke å røre alkohol de 16 dagene det hele stod på. Og for egen del verken så eller lukter jeg en dråpe alkohol disse dagene. Positivt da å høre at hockeygutta etter seier i OL-kvalifisering sist høst feiret med pizza i garderoben på Amfi'n. Og det var det. «Nå skal vi feire med en god middag og kake», svarte moren til Majken Caspersen Falla NRK etter at Majken sikret VM-gull i Lahri. Helt i tråd med Skipresidentens ånd.

SJAMPANJE HØRER TIL – ELLER?

Det skal ikke store seieren til før det feires og skåles i sjampanje. Håndballjentene fikk hele forsiden av VG med sprutende sjampanje etter at EM-gullet var sikret i vinter. Og misforstå meg rett - det var ingen liten seier! Men hvorfor all sjampanjen og alkoholen? Erik Røste forklarer i intervjuet med han annet sted i bladet at både sjampanje og øl ofte kommer fra en sponsor som gjør arrangementet mulig. Like fullt, signalene til barn og unge som drømmer om en idrettskarriere, kan også lett forbinde suksessen med sjampanje og annen alkohol. Og dette er stikk i strid med den klare holdningen Norges Idrettsforbund har til sammenblandingen av idrett og alkohol.

SKILLE MELLOM IDRETT OG ALKOHOL

Til tross for klare holdninger og målsettinger, ser vi alle at idrett og alkohol oftere enn vi kunne tenke oss går hånd i hånd. Som idrettsleder, har jeg for egen del gjennom de siste ti-år holdt et knallhardt skille mellom idrett og alkohol. Om det har vært Idrettsgalla, Ledermøte, styremøte, internasjonalt møte, eller hva det har vært, så har jeg sagt nei takk til alkohol. Hovedgrunnen til dette, er at jeg ønsker full kontroll på hva jeg sier, og hvordan jeg oppfører meg. Sier jeg dumme ting og oppfører meg dumt, skal det være fordi det er sånn, ikke fordi jeg har drukket alkohol.

IDRETTEEN – ENESTÅENDE ALTERNATIV

Gjennom livet er de fleste av oss tilbudt bønnevis med alkohol. Mange av oss har også sagt nei takk uendelig mange ganger. Og alle kjenner vi en eller flere som har fått problematisk mye alkohol. Også mange som har drukket så mye at de heller ikke makter å komme seg ut av avhengigheten på egen hånd.

Det er her idretten har en så enestående viktig oppgave i å være et alkoholfritt alternativ for de oppvoksende slekter. Og det må være tillatt å si «Nei takk!» Det må være naturlig å si:

NEI TAKK – JEG DRIVER IDRETTE!

Idrett, alkohol og verdier

Med over 2,2 millioner medlemskap er Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komite (NIF) en folkebevegelse. Rundt åtte av ti barn er idrettslagsmedlemmer gjennom oppveksten. I tenårene slutter mange med organisert idrett, men de har med seg både verdier og holdninger inn i voksenlivet.



AV SIGMUND LOLAND

Idretten er også en vinner i medie-Norge. Store idrettsarrangement som VM på ski og viktige fotball- og håndballkamper ligger på topp på alle seerstatistikker.

Idrett har stor betydning for individ og samfunn. Få aktiviteter engasjerer så sterkt. I den aktive idretten er vi til stede med hele oss: kropp, bevegelse, tanker, følelser, engasjement. Idretten er en viktig sosialiseringarena. I idrett lærer vi normer og verdier. Aksepterer treneren hardt spill på banen, spiller utøvere hardt. Er ledere opptatt av fair play og respekt for konkurrenter, er dette holdninger vi finner igjen hos utøverne. Toppøvere har påvirkningskraft både på tilhengere og samfunn.

NIF er opptatt av sin rolle som verdiformidler. Organisasjonen har definert sine grunnverdier. Aktivitetsverdiene er glede, fellesskap, helse og ærlighet. Organisasjonsverdiene er frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. NIF driver også aktivt verdierbeid for å realisere verdiene i praksis.

IDRETT OG RUSGIFTER

En del av dette arbeidet handler om idrett og rusgifter. NIF har tatt et tydelig standpunkt i så måte.¹ Blant annet er idrett for utøvere under 18 år definert som alkoholfri sone. Barn og unge skal møte trygge idrettsmiljø. Standpunktet har stor støtte. Undersøkelser viser at over 90% av voksne nordmenn vil at idrettsledere skal være gode rollemodeller og la være å drikke alkohol i forbindelse med idrettsarrangement.² Realiseres målsettingen i praksis?

Tja. Jeg kjenner ikke til tall når det gjelder alkoholbruk blant trenere og ledere. Det er også et begrenset antall norske idrettsklubber som aktivt har vedtatt klare retningslinjer når det gjelder alkoholbruk. Likevel er mitt inntrykk at forholdene i barneidretten er temmelig bra. Som overalt ellers kan det være voksne som tar et glass for mye, men med NIFs aktive verdiformidling, har den interne

selvjustisen blitt tydeligere. Alkoholbruk under idrettsarrangement med barn og unge er for de aller fleste uakseptabelt.

I ungdomsidretten, det vil si idrett for unge mellom 13 og 18 år, er bildet mer sammensatt. Forskere, blant annet Tove og Lars Wichstrøm, viser at idrettsungdom i tenårene drikker omtrent like mye som ungdom som ikke driver idrett. Idretten holder ikke ungdommen borte fra alkohol. Og Wichstrøm-forskningen viser mer. Studien er spesiell fordi den er longitudinell. Tove og Lars Wickstrøm har fulgt over 3000 ungdommer fra de var 13 - 19 år i 1992 til de var 27-33 år i 2006. De fant også at når idrettsungdommen ble eldre, drakk de seg oftere fulle en ungdom som ikke hadde drevet idrett. Hvordan kan slike funn forklares?

Forskerne peker på at drikking er sosialt. I utgangspunktet drikker de fleste med kameratene og venninnene. Spesielt i lagidretter står fellesskapet sterkt. Idrettsdeltakelse innebærer ofte reiser til arrangementer med overnattinger. Er det ingen klare retningslinjer for alkoholbruk, er miljøet sårbart. De unge er borte fra den tradisjonelle, sosiale kontrollen i sine nærmiljø. Dersom de ikke har tydelige trenere og ledere som legger ned alkoholforbud, kan drikkingen utarte.

Når det gjelder røyking og hasj, er imidlertid de som har drevet idrett mer avholdende enn gjennomsnittet. Røyking strider tydelig mot prestasjoner i idretten, og hasjbruk er kriminell virksomhet. Forskerne peker på at idretten sosialiserer til det normale.

1. www.idrettsforbundet.no/tema/retningslinjer (Lest ned 31.04.17)

2. www.avogtil.no/artikler/holdningen-til-alkohol-i-idretten (Lest ned 31.04.17)

» Når det gjelder røyking og hasj, er imidlertid de som har drevet idrett mer avholdende enn gjennomsnittet.

HVILKE KRAV BØR VI STILLE TIL IDRET TEN?

Hvordan skal vi forholde oss til denne innsikten? Alkoholen er en del av vår kultur. Alkoholbruk kan være kontrollert og uproblematisk, og den kan være ukontrollert og skape store problemer. Bør vi forvente en strengere holdning til alkohol i idretten enn ellers i samfunnet?

Jeg mener at svaret er ja. Grunnen er enkel. Både stat og idrett enes om målsettingen "idrett for alle". Idretten skal være et trygt sted for barn og unge, også for de som har problematiske erfaringer i forhold til alkohol. Noen kan komme fra hjem der familiemedlemmer sliter med rusgifter, andre kan selv oppleve ting i livet som senere gjør rusgiftbruken til et alternativ. I idretten skal alle barn og unge kunne utfolde seg ut fra egne forutsetninger og motiv og uten risiko for negative rusopplevelser.

Her er ungdomsidretten spesielt viktig. For mange innebærer tenårene debut med alkohol. Debuten foregår i sosiale sammenhenger og ikke på egen hånd. Idretten, spesielt lagidrettene som ballspillene, dyrker fellesskapene. Der bameidretten skal skånes for fulle voksne, ligger det en risiko i at ungdomsidretten blir en arena for drikking for utøvere. Trenere og ledere bør være krystallklare rollemodeller.

NIF arbeider med å styrke idrettstilbudet til ungdom, blant annet i form av Ungdomsløftet, en satsing for å rekruttere og beholde flere ungdommer i norsk idrett. Satsingen innebærer både aktivitetsutvikling og utdanning av unge som trenere, ledere, dommere og frivillige. Her ligger en klar mulighet til å styrke ungdomsidrett som en verdimeisig sterk og rusgiftfri sone.

VOKSENIDRET TEN

Idrett handler ikke bare om barn og unge. Den har også en sentral plass i mange voksnes liv. Over 60 prosent av den norske befolkningen mellom 16 og 69 år oppgir at de mosjonerer eller driver idrett en gang i uka eller mer (Breivik 2013). Den individuelle trimmen og treningen kan utgjøre pusterom i en hektisk og til dels rutinepreget hverdag. Over en tredjedel av voksne nordmenn er medlemmer av kommersielle treningssentre. Og i lagidrettene på mosjonsnivå finner mange sosiale fellesskap der latteren og gleden står i sentrum.

Men også denne delen av idretten har et tvetydig forhold til alkohol. Det kan synes som om noen idrettsmiljø forsterker liberale holdninger til alkoholbruk blant voksne medlemmer. På reiser og treningssamlinger kan det sosiale samværet på puben bli en like sentral del som treningen. Idretten kan brukes som påskudd til å komme sammen for å "ha det moro" der negativ alkoholatferd blir resultatet.

Selv om vi skal vokte oss for formynderi og moralisme, kan tydelige normer og regler for alkoholbruk være viktig også blant voksne. Målsettingen om "Idrett for alle" gjelder like mye for voksne som for barn og unge. Skal breddeidretten fungere inkluderende, må det også være plass for de som ikke drikker eller som har negative erfaringer med alkohol. Igjen vil en klar plan for idrettsklubben være viktig. Hvordan forholder vi oss til alkohol i vår klubb og i vår gruppe? Hvilke regler gjelder for oss?

TOPPIDRET TEN

– GODT ELLER DÅRLIG EKSEMPEL?

Hva så med holdningen til alkoholbruk i toppidretten; konkurranseidretten på høyt nasjonalt og internasjonalt nivå?

Umiddelbart kan toppidretten synes som et eksempel til etterfølgelse. De fleste toppøvere utøver streng disiplin i forholdet til alkohol. I et system der prestasjoner måles i millimeter og i hundredels sekund, kan selv små mengder alkohol være det som skiller mellom seier og nederlag. De aller fleste toppøvere holder seg langt unna alkohol i konkurransesesongen.

Men holdninger til alkohol ellers kan være så som så. Når konkurransene er over, smeller champagnekorkene. I 2016 endte langrennsløpernes avslutningsbankett på Beitostølen i fyllefest.³ Skiskytternes avslutning i Holmenkollen i 2017 måtte avbrytes ved midnatt fordi noen hadde det "moro" og utløste brannalarmen.⁴ Med jevne mellomrom kommer rapporter om fotballspillere på fuktige byturer. Toppøvere lever stramme og til dels rigide toppidrettsliv. De kan ha behov for frihet og fest. Men alkoholbruken kan fort ta over. Er trenere og ledere tydelige nok som rollemodeller?

Delar av tilskuerkulturen uttrykker enda tydeligere en liberal og også uansvarlig holdning til alkohol. Supporterklubber i fotball har egne puber. Å se fotball og drikke alkohol framstår som to sider av samme sak. Noen av verdens mest populære fotballag har alkoholreklame på draktene. Og selv om alkoholreklame på idrettsarenaer er forbudt, som i Norge og Frankrike, finner de store bryggerie løsninger. Under EM i fotball i Frankrike i 2016, sponset bryggerigiganten Carlsberg de islandske supporterne som hadde Carlsberglogoen på brystet. Med den islandske suksessen fikk Carlsberg en profilering det bare kunne drømme om.

3. www.aftenposten.no/100Sport/vintersport/langrenn/Slutten-AM-avslutning-som-fyllefest---Utøverne-er-og-s-ov-i-s-noen-Da-er-vekket-ham_-kastet-han-opp-fra-gangen-212512b.html (Lest ned 31.04.17)

4. www.vg.no/sport/skispydning/Iskyspydning-avslutnings-fest-stop-av-politiet/a/23953565 (Lest ned 31.03.17)

Hvorfor søker ølbryggeriene til fotballen? For det første vet de at en del av supporterkulturen er å drikke sammen. Bryggeriene vil selge mer på kort sikt. Men viktigere: De vet at millioner og barn og unge verden over følger sine favorittlag med argusøyne og kjøper supporterutstyr og drakter. Den dagen den unge islendingen tar sin første øl, er sjansen stor for at det blir en Carlsberg. Draktreklamen innebærer en snedig og langsiktig påvirkning på barn og unge. Markedsføringen av alkohol i toppidrett er både kynisk og opprørende. I Norge har vi et klart forbud mot alkoholreklame. Det mener jeg vi skal være glade for.

IDRETT SOM KULTURAKTIVITET

Så langt har jeg argumentert for at idretten bør vise en klar holdning mot alkoholbruk fordi idretten spiller en viktig rolle som sosialiseringfaktor og i holdningsskapende arbeid. Idretten tar tak i hele oss: i kropp, sinn og følelser. Aktivitetene har verdi i seg selv. Idretten har primær egenverdi.

I en nytteenkende kultur er det ikke alltid like lett å begrunne aktiviteter med egenverdi. Å vise til gode opplevelser, er ikke nok for å få støtte og gode rammebetingelser. Derfor fokuserer gjerne idrettens egne på nytteverdien: Idretten kan være helsefremmende og skape gode fellesskap og holdninger.

Men poenget er at det er nettopp egenverdien som muliggjør disse nytteverdiene. Det er først og fremst når mennesker har gode og sterke idrettsopplevelser at vi oppnår gevinst i forhold til helse og holdninger. De verdifulle opplevelsene knytter an til grunnleggende menneskelige verdier.

Som i andre kulturaktiviteter, stiller idretten spørsmål om hvem vi er, hvem vi hører sammen med og hvilke muligheter vi har i forhold til våre omgivelser. Hvor god kan jeg bli i min idrett? Hvordan forholder jeg meg til mine medspillere og konkurrenter? Hvem er jeg i mitt lag? Og hva kan vi få til sammen?

I idretten overskrider vi det nødvendige, rutinepregede og nyttige, og lever ut vårt menneskelige potensial på konkrete og direkte måter. Leken og idretten kan være en arena der vi opplever livet på sitt mest ekte og sterkeste. Som den nederlandske kulturhistorikeren Johan Huizinga hevder i sitt klassiske verk *Homo Ludens*: Leken er fundamental, og ligger til grunn for all menneskelig kultur.

Rusgiftbruk angriper kjernen i idrettens egenverdi. Under rusgiftpåvirkning fjerner vi oss fra de ekte opplevelsene: gleden over en god prestasjon, skuffelsen over et nederlag, mestringen av en bevegelse, opplevelsen av det perfekte samspillet i et lag. Påvirkningen og bakrusen legger et slør over



Sigmund Loland er professor ved Seksjon for kultur og samfunn ved Norges Idrettshøgskole. Han var rektor ved NIH fra 2005 - 20013 og fagområdene hans er idrett og etikk, idrettsfilosofi og vitenskapsteori.

sansene, den hindrer opplevelsen av å være skapende kropp i meningsfylt bevegelse. Det idretten søker å muliggjøre, vil alkoholen vanskeliggjøre. I et slikt perspektiv blir idrett og rusgiftbruk diametrale motsetninger.

AVSLUTNING

NIF ønsker å ta alkoholbruken i idrett på alvor. Idretten skal være en alkoholfri sone. Det er klokt. Idretten skal være for alle, også de som har problematiske forhold til rusgifter. Spesielt i sammenheng med barn og unge kan idretten danne gode holdninger som varer livet ut. Respekt for alkohol og andre rusgifter kan være viktig bagasje å ta med videre.

Kampanjer mot rusgiftbruk bør ikke bare peke på negative konsekvenser av alkoholbruk på prestasjoner og helse. Det er like viktig å vise til de positive mulighetene i den rusgiftfrie idretten. Idretten tilbyr opplevelser av spenning, glede, fellesskap, mestring og utfordring. Idretten tilbyr en lekende og naturlig overskridelse av hverdagen. I slike sammenhenger blir alkohol både destruktivt og overflødig.

KILDER

- Brævik, G.: *Jakten på et bedre liv. Fysisk aktivitet i den norske befolkningen 1985-2011*. Oslo, Universitetsforlaget 2013.
- Huizinga, J.: *Homo Ludens. A Study of the Play-Element in Culture*. The Beacon Press 1950.
- Loland, S.: *Idrettsetikk*. Oslo, Akilles 2015
- Wichstrøm, T., Wichstrøm L.: *Does sport participation during adolescence prevent later alcohol, tobacco and cannabis use?* *Addiction* 104 (1) 2009: 138-149.

Uttalelser om idrett og alkohol

Forbundet Mot Rusgift (FMR) vedtok på sitt årsmøte den 25. mars å sende følgende uttalelse til Norges Idrettsforbund.

FMR vil gi honnør til Norges idrettsforbund for at de holder fast på parolen "Idrett uten alkohol". Vi mener det er viktig at alle idrettsarrangementer er fri for alkoholserving. Idrett er for alle og barn skal kunne være med, som tilskuere eller aktive, uten å måtte oppleve at det brukes alkohol der. Vi ser imidlertid med bekymring på at dette prinsippet om alkoholfrie arrangementer blir truet av næringsinteresser som ønsker å profitere på salg av alkohol ved idrettsstevner.

Spesielt kommer dette til uttrykk ved såkalte «VIP-tribuner» der en gruppe utvalgte mennesker får servert alkohol. Dette er uheldig forskjellsbehandling, og vil lett kunne føre til flere krav om alkoholserving, i mindre kontrollerte former. Vi uttrykker med dette vårt ønske om at Norges Idrettsforbund i fortsettelsen vil gjøre alt som er mulig for å holde den organiserte idretten fri for alkohol.

» Idrett er for alle og barn skal kunne være med, som tilskuere eller aktive, uten å måtte oppleve at det brukes alkohol der.



Faksimile fra VG.no / Foto: Foto: INGVALD DYBFEST DAHL / VG

MESTERNES VINGLASS

Forbundet Mot Rusgift vedtok også på sitt årsmøte den 25. mars å sende følgende uttalelse til Kringkastingsrådet i NRK:

- Kan vi, som seere og lisensbetalere, ha noen forventninger om at NRK har et avklart forhold til alkoholfremme i sine programmer? De fleste vil nok mene at svaret er ja.
- Med utgangspunkt i programserien *Mesternes mester* vil vi gi uttrykk for noen oppfatninger. Programmets sendetid forteller at det er ment som et underholdningsprogram med familieinnretning. Det har i tillegg en idrettsprofil. Det er godt etablert kunnskap at alkohol er prestasjonsdempende.
- Konkurransene i *Mesternes mester* framstilles som nærmere toppidrett enn selskapsleker. Bedømt som toppidrett er det påfallende mange vinglass i omkløp i forhold til, for eksempel kaffe kopper.
- Vi legger oss ikke opp i med hvilket alvor enkelt deltakere stiller i konkurransen, men vi legger oss opp i hva som vises på skjermen.
- Vi synes et ellers godt program sender noen gale signaler ved å blande alkohol og idrett.

Stavanger Oilers: «Vi er en del av underholdningsbransjen»

STAVANGER (Mot Rusgift) Kjetil Bøe, Daglig leder i Stavanger Oilers, kjører offensivt ut i møte med organisasjonssjef Rune Røksund i Rogaland Idrettskrets og leder av Forbundet mot Rusgift, Knut Reinås i temamøtet om «Idrett og alkohol» i DNB Arena.



AV HARALD BRÅTHEN

Vi er mye mer enn Norges beste ishockeylag. Vi er også en del av underholdningsbransjen. Når du kan skjenke vin til tiskuerne i teatret, må vi kunne gjøre det i DNB Arena også, fremholder han.

IDRETTSFORBUNDET FORDØMTE TILTAKET

Det har vært tradisjon for såkalt VIP-servering i idretten i mange år, men da Stavanger Oilers meldte at de ville ha alkoholserving til alle tiskuer som ønsket det, så ble det ramaskrik. Idrettsforbundet gikk knallhardt ut og fordømte tiltaket, men greide ikke å stoppe siddissene. Senere har flere klubber og arenaer fulgt i Stavanger Oilers/ DNB Arenas spor. Blant dem Stavangers fotballstolthet, Viking, Brann i Bergen og TIL i Tromsø, for å nevne noen.



JA – OG NEI

«Er det å blande «Idrett og alkohol» å ha skjenking i DNB Arena?», spurte Kjetil Bøe. Og han svarte selv:

JA: Det serveres alkohol før kamp og i pausene på et arrangement tilknyttet NIF og Ishockeyforbundet.

NEI: Vi ser på oss selv som en del av underholdningsbransjen og en opplevelsesarena.

Idrett = Kultur.

Det er ingen direkte bindeledd mellom idretten og alkoholen.

REGIONENS STØRSTE «KULTURHUS»

Flere og flere ser at kulturhuset på Tjensvoll er en trivelig arena med gode fasiliteter hvor publikum har gode opplevelser. Vi jobber kontinuerlig med å fylle DNB arena med opplevelser, har Petter Nystrøm, Arenasjef DNB Arena, sagt, og Kjetil Bøe har ikke noe problem med å være enig.

-Vi er en opplevelsesarena som inkluderer idrett, sier han. -Vi har et eget område for skjenking, og vi har et eget område for familier. Vi har ingen skjenking og konsumering mens det pågår idrettsaktivitet. Vi har hatt «Disney on Ice» uten alkohol. Og det samme ved konsert med Isac Elliot.

-Vi ønsker forståelse for vår vilje og evne til å være ansvarlige og sikre arbeidsplasser og en bærekraftig drift, sier Kjetil Bøe.

KOMMUNEN BESTEMMER

Det er Stavanger kommune som utsteder skjenkebevillinger og bestemmer. I Stavanger kommunes formålsbestemmelser heter det at:

- «... skal skjerme barn og ungdom mot alkoholmisbruk»
- «... ivareta den seriøse delen av næringen ved å gi fleksible og forutsigbare rammevilkår»
- «... ivareta den seriøse bransjen gjennom å skape rettfærdige konkurransevilkår»

Hvordan foregår så skjenkingen i DNB Arena?

Vi har – svarer Kjetil Bøe:

- skjenking på en kontrollert og verdig måte, som bygger opp en god, profesjonell og positiv atmosfære i arenaen
- anonyme skjenkeområder for å skjerme barn/ unge – ingen alkohol utenfor skjenkeområder
- 18 års aldersgrense i skjenkeområdet, med polingodkjente vakter/vektere
- eget område/hjørne for barn/familier som ikke er i skjenkeområdet
- ingen skjenking/konsumering av alkohol mens det pågår idrettsaktivitet
- ingen skjenking på events og aktiviteter som direkte er rettet mot barn og ungdom

Hvorfor er det så viktig med skjenking i DNB Arena?

- Å inneha skjenkeløyve gir oss handlingsplikt innenfor skjenkereglene
- Vi ønsker forståelse for nødvendigheten av mangfoldig virksomhet
 - Vi driver med underholdning
 - Vi driver med kultur
 - Vi driver med idrett

HVORFOR SKJENKING?

- Vi ønsker likebehandling av gjester på alle opplevelsesarenaer i forhold til andre konkurrenter som f.eks teater, konserthus, kino etc.
- Vi ønsker likebehandling av alle gjester som besøker DNB Arena, ingen forskjell på VIP og ikke VIP
- Det gir et supplerende tilbud for å gi en total opplevelse målt mot alternativ aktivitet
- Vi ønsker forståelse for vår vilje og evne til å være ansvarlige, å sikre arbeidsplasser og en bærekraftig drift

- Vi driver næringsvirksomhet – omsetter for 100 millioner kroner årlig
- Vi er arbeidsgiver for 50 årsverk
- Vi har store faste kostnader, investeringer for 250 millioner kroner.
- Vi engasjerer og aktiviserer et stort publikum, ca 700.000 besøkende så langt
- Vi har over 200 samarbeidspartnere av ulik størrelse

OILERS TAR SAMFUNNSANSVAR

- Vi skaper trygge, gode og inkluderende idrettsmiljøer som er supre preventive tiltak i en utfordrende oppvekst.
- Vi tar vare på ungdommen, både i bredden og eliten.
- Vi holder holdningsskapende foredrag for 9. klasse
- Vi jobber aktivt og støtter samfunnsengasjerende aktiviteter.

Prinsipielt ugreit å utfordre idrettens felles retningslinjer.

Idretten er ikke en avholdsbevegelse. Debatten handler om hvordan vi omgås alkohol. Rett og slett, med hvem, når og hvordan, fastslår organisasjonssjef i Rogaland Idrettskrets, Rune Røksund.

Han er daglig leder av Rogaland Idrettskrets, som har registrert 187 000 medlemskap blant Rogalands 465 000 innbyggere. Til sammenligning har de politiske partiene i fylket 16 337 medlemmer.

-Det er prinsipielt ugreit at Stavanger ishockeyklubb utfordrer hele norsk idretts felles retningslinjer, og flytter grensene i retning enda mer tilgjengelighet av alkohol på idrettsanleggene som tiltrekker våre barn og unge, sier Rune Røksund. -Men det er ingen tvil om at det gir penger i kassa.

«Er det å blande idrett og alkohol med å ha skjenking i DNB Arena?» spør Kjetil Bøe på vegne av Stavanger Oilers. «Er det rett at alle idrettslag har like spilleregler i forhold til skjenking på idrettsarenaene?» Det er mitt motspørsmål, sier Rune Røksund.



Rune Røksund, daglig leder i Rogaland Idrettskrets, lytter betenkt til orienteringen om alkoholsatsningen på DNB Arena hos Stavanger Oilers.

I NIFs lov paragraf 11-4 som gjelder straffebelagte handlinger/unnlattelser heter det under (1) at «straff etter disse bestemmelser kan ilegges dersom person eller organisasjonsledd h) nyter alkohol/rusmidler på bane/anlegg eller garderobe for spillere, ledere eller lag, eller serverer alkohol ved arrangementer i regi av NIF eller underordnet ledd der personer under 18 år deltar».

Norges Idrettsforbunds syn på alkohol i idretten.

Da FMRs kunnskapsturne om idrett og alkohol var kommet til Ås, holdt Nordis Vik Olausson, som er styreleder i Akershus Idrettsskrets et innlegg om idrett og alkohol slik Norges Idrettsforbund ser det. «Dette er et stort og utrolig viktig tema», sa Olausson, som snakket både som styreleder i Akershus Idrettsskrets også som ex-medarbeider i Vinmonopolet i over 5 år.



AV KNUT T. REINÅS

I den sistnevnte rollen hadde hun mye med departementet å gjøre i samband med alkoholpolitikk. Vi bør diskutere ved hvilke anledninger og arrangementer vi gjør alkoholen tilgjengelig, sa hun. Vinmonopolhatten tilsier at alkohol er en lovlig vare i Norge, og det må vi forholde oss til. Men hun fikk mye kritikk mens hun var i Vinmonopolet fra folk som mente at de var for slepphendte, men også fra folk som mente at de hadde for strenge åpningstider og for høye priser. Da hun jobbet med alkoholpolitikk hadde hun sine meninger om det, og da hun begynte i helsevesenet etter det, fikk hun enda flere meninger, fordi i helsevesenet er det mange som har hatt ugreie opplevelser med alkohol.

NIF TAR SAMFUNNSANSVAR.

Norges Idrettsforbund, NIF har totalt 2,2 millioner medlemskap. Men Olaussons engasjement innen idretten er å få være med å ta et samfunnsansvar innenfor samfunnets nest største arena for barn og unge, nest etter skolen, hvor vi har mulighet til å påvirke. Og så vet vi at NIF har regler for alkohol, nedfelt i både lovverk og retningslinjer. Det vil alltid være noen personer innenfor dette miljøet som gjør noe som ikke er forenlig med retningslinjene og det NIF står for, og da må vi tenke holdningsskapende.

«Jeg så et sted i NIFs regelverk at «vi ønsker å framstå», noe jeg synes er litt defensivt, det kunne vi godt være litt tydeligere på. Vi burde si at vi skal

ha alkoholfrie arenaer. Det at vi ønsker å ta et samfunnsansvar gjelder at vi skal nå ut til alle lokalmiljøene der barn og unge ferdes. Og da skjønner vi at lokalmiljøene er tuftet på enkeltpersoner og den innsatsen de gjør for idretten, hver person som har med barn og unge å gjøre, er en voksenmodell for barn og unge i idretten. Og det er langt flere enn trenerne, det er alle andre som er med og som er en viktig gruppe å nå, slike som blir med på arrangementer, som cuper og stevner osv. Det er en type arrangementer som det er blitt stadig mer av og som jeg selv har vært med på, og det er disse helgeturene med foreldre. Det er ikke nødvendigvis så store arrangementer, men de er veldig viktige for oss som er med».

Og Olausson måtte selv innrømme at en lørdagskveld mens de var på Svemis cup og ungene storkoste seg med felles middag, så satt foreldrene nede ved en vanddam, med vin og en flaske øl. Det var ikke fyll, men der var det alkohol, og de var etter hennes mening ikke bevisste på oppgaven. Det er mange år siden, men like fullt, slike ting bør ikke forekomme, sa hun.

TYDELIGE LEDERROLLER

Norges Idrettsforbund og Norges Olympiske komite ønsker at idretten skal arbeide mot bruk av alkohol i idrettslig sammenheng, og dette gjelder selvfølgelig også andre rusgifter. Og så skal vi ha en trygg arena for barn og unge. Som voksne mennesker har vi kanskje mistet litt på veien hvordan små barn opplever at det er folk som har brukt rusgifter rundt dem. Det er helt uforenlig. Også på litt eldre nivå er det viktig å informere om skadevirkningene. Her har man kanskje trent hardt i mange, mange måneder, og så faller man for fristelsen til å drikke, noe som har en del å si for prestasjonene

» En lørdagskveld mens de var på Svemis cup og ungene storkoste seg med felles middag, så satt foreldrene nede ved en vanddam, med vin og en flaske øl.

og restitusjonen og treningsinnsatsen de nærmeste dagene, og ikke minst hvilken betydning det har for sikkerheten og for sosialt miljø. Og så vil vi ha en trygg tribunekultur og trygge arenaer, og det er ikke forenlig med alkohol. De klubbene som får det til, tror vi, har et regelverk som er tilgjengelig for alle, det består av trygge, tydelige lederroller hvor trenerne og ledere er rollemodeller som tar et tydelig samfunnsansvar, og hvor de er stayere. Foreldre kommer og foreldre går, og det kommer stadig nye kull inn, med ulike holdninger. Så hvis vi vil at en klubb skal preges av de positive holdningene vi snakker om nå, så må den ha et standpunkt og jobbe langsiktig. Og så må vi også kunne håndtere når det er eksempler som ikke er i samsvar med reglene. Det vil alltid skje noe. Men det må vi håndtere på en klok måte og vise at vi tar reglene på alvor. Barn og unge trenger at vi viser gjennom handlinger at reglene er viktige for oss, sier Nordis Vik Olausson.

«Så har vi ulike metoder i verktøykassa som vi kan bruke. Det er noe som heter «se og bli sett», og så er det «Av og til». Vi skal ikke være moralister. Det vi snakker om er hva som skjer på idrettsbanen og sammen med barna våre. Det folk gjør privat legger vi oss ikke bort i. Men vi vil være med å bestemme hvordan vi vil ha det på idrettsbanen. Og når det gjelder positive rollemodeller, mener jeg det går an å være en tøff, morsom kul og ålreit person som ikke bruker alkohol».

DITT OG MITT ANSVAR.

Det er også viktig at det er mitt og det er ditt ansvar. Det er ikke bare sånn at nå kommer Vidar, så nå må vi gjemme flaskene, det er mitt og ditt ansvar, vi må ville det sammen. Og så må det være synlig i treningshverdagen. Det hjelper ikke å ta opp dette en gang i blant. Det må være synlig når man er på tur, når man er på kamp. Det er mange jeg vet om som har debutert med alkohol i idretten. Og det er kanskje ikke så rart. For i den alderen hvor man begynner å lukte på alkoholen, 15-16-17-årsalderen, så er man kanskje sammen med vennene sine på idrettsarrangementer, og da er det ekstra viktig å være varsomme der. Foreldrevettregler, på tur med ungene, da må vi ta et valg. Det er mange som er begynt å skrive under på foreldrevettregler nå. Når vi drar på tur, så nyter vi ikke alkohol. Det er akkurat som å være lærer i en klasse, hvor man blir enige om at det er sånn vi har det.

På juniornivå og eldre bør de også skrive under



Nordis Vik Olausson, styreleder i Akershus Idrettsskrets.

kontrakter, sier Olausson. Her må de begynne å ta ansvar for eget liv på en annen måte enn tidligere, også på klubbreiser og cuper. Og dette er en lederoppgave.

«Vi hadde besøk i Akershus Idrettsskrets for en stund siden av to flotte 17-åringer som skulle skrive en oppgave om ledere i idretten. Og vi satt jo der, som voksne, og var imponert over hvordan de greide å legge fram saken. Ett av styremedlemmene sa: «Og så kan de ordet folkebelse – det kunne ikke jeg da jeg var 17 år». Men det er det det handler om, å kere å ta noen gode valg, og å vite hva som skjer i kroppen, og rett og slett ta vare på egen helse».

Arbeidet med idrett og alkohol er rent holdningsskapende arbeid, og det gjelder å ikke bli slått i bakken når noen sier, «ja men NIF og kretsene og alle innen idretten har jo stemt for at i virksomheten skal være alkoholfri», når brudd skjer, og hele tiden jobbe med det. Vi må være tro mot egne verdier, det er dette vi mener. Det at vi sier hvordan vi vil ha det, betyr ikke at det alltid er sånn, men det er dette vi mener og vil arbeide for å få til, avslutter Olausson.

Vest Agder:

Ingen alkoholverving på Idrettsgallaen

KRISTIANSAND (Mot Rusgift) – Idrettsgallaen i Vest Agder er alkoholfri! Det understreker Terje Larssen, organisasjonssjef i Vest Agder Idrettskrets. Han er en av tre innledere under Kunnskapsturneen Idrett og alkohol i Kristiansand.



AV HARALD BRÅTHEN

De øvrige to er Skipresidenten Erik Røste (se egen artikkel), og leder av Forbundet Mot Rusgift, som er vertskap for dette arrangementet, Knut Reinås.

Vest-Agder Idrettskrets har 80 000 medlemmer. For disse gjennomføres blant annet kurskvelder med ulike tema. Blant disse er alkohol- og dopingmidler.

– Dette er viktige områder for oss. Vi ønsker alle at idrettsutøvere under 18 år skal kunne komme til et trygt og alkoholfritt miljø. Derfor synes vi det også er viktig å holde Idrettsgallaen vår alkoholfri, sier Terje Larssen.

Han støttes av Sigurd Ringvoll fra Kristiansands Danseklubb – KDK.

– Vi planlegger alkoholfri fest i forbindelse med NM-arrangementet vårt. Samtidig vet vi av erfaring at sportsdanserne er vanskelige å samle etter en hel konkurransedag, sier Sigurd Ringvoll, som fullt ut er enig i at den lokale Idrettsgallaen skal være alkoholfri.

» Vi ønsker alle at idrettsutøvere under 18 år skal kunne komme til et trygt og alkoholfritt miljø.



Fra venstre: Skipresident Erik Røste, Organisasjonssjef i Vest-Agder Idrettskrets, Terje Larssen, leder i Kristiansand Danseklubb, Sigurd Ringvoll og leder i Forbundet Mot Rusgift, Knut T. Reinås.

Vedtatte retningslinjer:

Idrettens holdning til alkohol

1. Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité skal fremstå som en organisasjon som arbeider mot bruk av alkohol i idrettslig sammenheng. (NIFs lov §11-4 i)

2. Bam og unge som deltar i aldersbestemte klasser (under 18 år) skal møte et trygt og alkoholfritt idrettsmiljø. Trekere, ledere og utøvere skal fremstå som gode forbilder for bam og unge og ikke nyte alkohol i samvær med utøvere i denne alder.

3. Medlemmene i organisasjonen skal informeres om de skadevirkninger alkohol har på prestasjonsnivået, sikkerheten og det sosiale miljøet.

4. Tribunekulturen skal være trygg, familievennlig og alkoholfri. På tribunen skal det derfor ikke nytes alkohol i tilknytning til konkurranseaktiviteter. I lokaler tilknyttet idrettsanlegg gjelder de kommunale skjenkebestemmelser dersom lokalet leies ut til private. (NIFs lov §11-4 i)

5. Idretten skal ha en restriktiv holdning til samarbeidsavtaler med bedrifter som har en vesentlig del av sin virksomhet knyttet til salg av alkoholholdige drikker/produkter. Alle organisasjonsledd pålegges å følge norsk alkohollov med forskrifter og retningslinjer. Arenareklame og utstyrsreklame utføres iht gjeldende lovverk.

Særforbund og kretser informerer underliggende ledd, herunder klubber og lag. Norsk alkohollov gjelder for alle som deltar på idrettsarrangement i Norge. Det vil si at også internasjonale aktører må forholde seg til den norske lovgivningen når de deltar på idrettsarrangement i Norge.

Forbudet mot reklame for alkoholholdig drikk finner vi i alkoholovens § 9-2. All reklame for alkoholholdig drikk er forbudt. Alkoholholdig drikk er definert som drikk med alkoholinnhold over 2,50 volumprosent alkohol. I utgangspunktet rammes ikke reklame for lettøl av forbudet. Det er imidlertid forbudt å reklamere for andre varer med samme varemerke eller kjennetegn som alkoholholdig drikk. Dette stiller særskilte krav til lettølreklame.

» Norsk alkohollov gjelder for alle som deltar på idrettsarrangement i Norge.



Topplagene i Eliteserien reduserer alkoholbruken

– Skroter Eggens «fest-regel», het det på en helside i VG 2. august i fjor. Brann hadde alkohol-forbud i den suksessrike 2016-sesongen, men skal etter sigende kjøre en mindre bastant linje i 2017.



AV HARALD BRÅTHEN

Sindre Øgar skriver i VG-artikkelen: «Kåre Ingebrigtsen (Rosenborgs nåværende trener) har stort sett lyttet til Eggens (Rosenborgs legendariske trener) velmenende råd siden han ble RBK-trener i 2014, men når han i kveld prøver å ta Rosenborg ett steg nærmere Champions League i brennhet Nikosia på Kypros, så er det uten Eggens party-postulat.

Nei, tidene har forandret seg. Vi hadde fri på lørdag, og da er det ikke tid for fest. Da skal vi hvile kroppen, være sammen med familien og få i oss

nok næring til å tåle trening og kamper. Fotballen har endret seg litt siden den tiden.

– På godt og vondt kanskje?
– Definitivt, sier han med et glis.»

Hva mente så Nils Arne Eggen om dette? Aller først at «man må kunne forene det nyttige med det behagelige».

Og han fortsetter: «Det går ikke an å være asket i 24 timer. Da går du fort lei. Nå snakker jeg alvorlig av erfaring, og ut av andres erfaring og. Du må kunne ta deg en, for å bruke trønderpråket, du må kunne ta deg en liten fest, selv om det er kamp allerede onsdag og vi har vunnet på søndagen, sa Nils Arne Eggen i en RBK-dokumentar sendt på Viasat 4 sist sommer.



Kåre Ingebrigtsen i Rosenborg strammer inn på festing i sesongen.

Seiersrus uten alkohol:

Skistjernene som rollemodeller

Skipresidenten Erik Røste har hatt en travel vinter. Bare noen dager etter at han deltok på møte i «Kunnskapsturneen Idrett og alkohol» i Kristiansand i september i fjor, braket det løs. Først med Sundby-saken – så med Therese Johaug's leppekrem. Vi lar begge disse sakene hvile i fred. Alkohol er tross alt en rusgift som de fleste av oss har et forhold til, på den ene eller andre måten. Erik Røstes tema i Kristiansand var som overskriften sier: «Skistjernene som rollemodeller. Seiersrus uten alkohol».



AV HARALD BRÅTHEN

Skipresidenten Erik Røste har hatt en travel vinter. Bare noen dager etter at han deltok på møte i «Kunnskapsturneen Idrett og alkohol» i Kristiansand i september i fjor, braket det løs. Først med Sundby-saken – så med Therese Johaug's leppekrem. Vi lar begge disse sakene hvile i fred. Alkohol er tross alt en rusgift som de fleste av oss har et forhold til, på den ene eller andre måten. Erik Røstes tema i Kristiansand var som overskriften sier: «Skistjernene som rollemodeller. Seiersrus uten alkohol».

Ja, for hva er det sportsreporteren er opptatt av i et seiersintervju? Joda, «Nå blir det vel feiring?»

– Klart vi skal feire, sier Erik Røste når vi treffer ham igjen mellom alpin-VM i St. Moritz -hvor det ikke ble så mye å feire, og Lahti-VM i Nordiske grener. – Men alle skjønner sikkert at det under et VM ikke blir noen stor-feiring med hæla i taket og utskjelser med alkohol og fyll. Under VM feirer vi med kake – og det synes alle å sette pris på.

FRA AVHOLDSHJEM

56-åringen Erik Røste er ikke avholdsmann, men har et svært nøkternt forhold til alkohol, selv om han betegner tilgangen til alkohol som stor.

– Jeg er vokst opp i et avholdshjem hvor min far var stortemplar i IOGT og i perioder deltok ak-

tivt i organisasjonen. Han var opptatt av alkoholen som et samfunnsproblem, og var avholdsmann i solidaritet med alle dem som ikke greide å takle alkoholen uten at det gikk ut over både kone, barn og hele familier. Vi har alle noen i vår krets som sliter med alkoholproblemer. Uten å være moralist, er det klart at dette er valg vi alle tar. Som president i Skiforbundet har jeg et spesielt ansvar for å stå frem med et godt, klart og tydelig budskap når det gjelder idrett og alkohol, sier Erik Røste som har vært en del av idrettsbevegelsen siden han var ung, og som kan se tilbake på triumfer både som aktiv syklist og trener – blant annet for langrennsgutta på 90 tallet. Han har også vært leder i næringslivet.

175000 MEDLEMMER

– MILLIONER AV TV-SEERE

Erik Røste leder i dag en demokratisk organisasjon med 175000 medlemmer fra 1150 idrettslag som igjen er inndelt i 16 skikretser. Utøvere er aktive i seks grener og til sammen ni idretter. Arbeidet er basert på frivillighet. Summeres frivilligheten bare i norsk skisport, tilsvarer den 7 heltidsansatte i hver eneste av landets kommuner.

Som for resten av norsk idrett er visjonen «Idrett for alle». Målet for Skiforbundet er «mange og glade skiløpere», og ifølge Røste skal all skiaktivitet bygge på grunnverdiene Gleder, Fellesskap, Helse og Ærlighet.

– Vi forvalter fire av de syv mest populære idrettene i Norge med langrenn helt på topp i tillegg til hopp, kombinert og alpint. Fotball, håndball og skiskyting kjemper med langrenn om å være mest populær. Utøverne våre dominerer også den individuelle popularitetslisten. Av de åtte første er syv fra skiidrettene. Bare skiskytteren Ole Einar Bjørndalen blander seg inn i topp åtte. Tar vi med seertall fra de tre seneste VM-ene – nå i Lahti, fra Falun for to år siden, og fra Oslo for ytterligere to år siden, er det ingen tvil om skiidrettens ledende stilling i norsk idrett.

ROLLEMODELLER OG FORBILDER

- I det store og hele er utøverne og lagene svært bevisste sin posisjon som rollemodeller og forbilder. Nordmenn er stolte av skiidretten, og den er ikke bare vår. Vi som er en del av dette nå har det på mange måter til låns fra våre medlemmer og vårt publikum, det være seg utøvere, trenere og støtteapparat og tillitsvalgte. Dette er mer enn skiidrett – det er norsk kulturarv og tradisjon. Det er det viktig at vi minner oss selv på dette.

Vinterens debatter og diskusjoner har vist at folk er engasjerte og bryr seg, og det er ifølge Røste bra.

- Det hadde vært langt verre om folk ikke hadde brydd seg, sier skipresidenten, - Vi må tåle at det vi gjør og ikke gjør blir debattert rundt kjøkkenbord, på kafeer og i mediene. Det er dette som gjør skisporten så stor i Norge. Og folk bryr seg også om at vi har respekt for flagget, for konkurrentene, og ikke minst lagkameratene. Vi skal være best, men ikke for enhver pris. Og vi skal helst ikke tøyse grensene. Det er en sunn og god holdning.

» *Du må møte opp for å få premien din, og for utøverne er det snakk om store beløp.*



ALKOHOL ENGASJERER

Erik Røste er opptatt av at de aktive i skiidretten skal være gode forbilder for ungdommen. Han er ikke noe glad verken i sprutende sjampanjeflasker eller små tønner med tysk øl.

- Samtidig kan dette være et nesten uløselig dilemma for utøveren. Mange steder får utøverne overrakt store flasker med sjampanje som en del av premieutdelingen. Selv om de ikke drikker den, men spruter ut så mye og godt de kan, etterlater det utvilsomt et inntrykk av at når det skal feires, så hører sjampanje til. Det samme gjelder øl. Når hovedsponsoren for et arrangement er et stort bryggeri, er gjerne ei lita tønne med øl en del av premien. Samtidig er hele arenaen og funksjonærene en eneste stor hær av levende reklameplakater. Arrangøren har gjort en avtale med bryggeriet som på sin side har finansiert hele arrangementet og ønsker valuta for pengene. Utøveren kan jo nekte å gå opp på podiet for å hente premien sin, men her er reglene helt klare: Du må møte opp for å få premien din, og for utøverne er det snakk om store beløp. Sammen med sjekken får du da kanskje også ei lita tønne med øl. Nektet du å ta imot, blir det heller ingen premie – og du setter arrangøren i et dårlig lys.

SKIFESTIVAL – IKKE EN FYLLEFEST

Etter Holmenkollen Skifestival i fjor var reaksjonene mange på at fyll og slüsskamper i publikum gjorde at det hele skeiet ut.

- Noe gikk galt, og vi bestemte etter fjorårets renn at vi ikke skulle ha noen gjentakelse i år. Erik Røste forteller om de mange forbedringstiltakene som arrangørselskapet, som Skiforbundet sammen med Skiforeningen eier 50/50, var enige om.

Stikkord kan være økt vakthold og strengere sekkekontroll, egen billett til afterski, økt aldersgrense fra 18 til 21 på afterski-arrangement – og antall billetter begrenset til 1000. Dette ettersportslige arrangementet startet i år først etter at det sportslige programmet var gjennomført. Det viste seg vellykket.

Også det forebyggende arbeidet ute i Marka var viktig. Flere frivillige og samarbeid med rednings-etaten var sentralt. Mer synlig politi og vektere, samt vakter fra sikkerhetsselskap bidro til at mulige bråkmakere holdt seg i ro. Økt fokus på holdnings-skapende arbeid med informasjonsplakater og informasjon via høyttaleranlegget på Frognerseteren og i annen kommunikasjon, bidro til økt forståelse for at vi ikke ville ha en gjentakelse av det som skjedde i 2016.

» *Mange steder får utøverne overrakt store flasker med sjampanje som en del av premieutdelingen. Selv om de ikke drikker den, men spruter ut så mye og godt de kan, etterlater det utvilsomt et inntrykk av at når det skal feires, så hører sjampanje til.*

ØKONOMISK UTFORDRENDE

Finansiering av et stort arrangement som Holmenkollen Skifestival er en stor utfordring. Gjennom det meste av 2000-tallet var arrangementet tapsbringende for arrangøren. Ski-VM i 2011 var en fantastisk suksess både sportslig og økonomisk, men deretter var tallene tilbake i rødt. Til sammen på de tre årene 2012, 2013 og 2014 kom underskuddet opp i 15 millioner kroner.

- Vi måtte ta grep, og dette grepet var å opprette et selskap, eid 50/50 av Skiforeningen og Skiforbundet, sier Erik Røste. Dette selskapet hadde to hovedmål:

- 1) Å lage et kvalitetsmessig topp arrangement – og
- 2) Sørgje for å få arrangementet i økonomisk balanse.

Dessverre gikk ikke alt som arrangøren hadde planlagt. Et nachspiel i kontrollerte former var viktig for finansieringen, men kom ut av kontroll i en kort periode.

- Problemet oppstod da alle som hadde ligget ute i Marka kom ned til Holmenkollen og ville inn på nachspielet. De hadde gjerne litt igjen på flasker også, og dette ble noe helt annet enn hva arrangøren hadde tenkt seg. Reaksjonene var mange både blant barnefamilier og andre tilskuere som i likhet med media reagerte på det de opplevde. Dette var også bakgrunnen for de tiltakene vi gjennomførte nå i 2017.

MYE Å FEIRE

Ski-VM i Lahti ga mange gode påskudd for å feire norske triumfer. Da var det godt å følge norske utøvere som feiret på enkelt vis med en god middag og kake.



Erik Røste, skipresident, mener idrettsutøvere bør være gode rollemodeller, og bruke sunn fornuft når det gjelder alkohol.

- Jeg sier ikke selv nei takk til verken øl eller vin, men alt til sin tid, sier Erik Røste. Han forstår godt håndballjentene eller for den saks skyld håndballgutta som etter en lang turnering feier litt ekstra.

- Det samme gjelder skiløpere av alle kategorier, men vi må aldri glemme vår posisjon som forbilder for ungdommen. I skimiljøet har vi også opplevd reaksjoner fra våre egne rekker der det kom reaksjoner på avslutningsfester etter ski-NM.

Når du står på toppen av seierspallen og nettopp skal motta sjampanjeflaska, har du i realiteten tre valg:

- 1) *Nekte*
- 2) *Ta imot og ikke sprette den*
- 3) *Ta imot, sprette den og gjøre mye ut av det.*

- Det er forståelig at utøvere i seiersrus velger det siste, sier Erik Røste. -Du har nådd et stort mål etter å ha trent lenge. Du har en utrolig følelse av endelig å lykkes – og du er i en kjempemessig lykkerus. Men denne lykkerusen har du jo skaffet deg selv uten å ty til rusgifter.

- Da som alltid ellers er vårt ansvar som rollemodeller og sunn fornuft gode følgesvenner.

Idretten har et stort ansvar

På et FMR-møte om idrett og alkohol holdt Vidar Bøhn et innlegg hvor han reflekterte over hvordan idretten kunne bli et bedre sted å delta for barn og unge. Møtet var en del av et prosjekt som FMR gjennomførte i fjor høst for å sette alkoholen innen idretten på dagsordene.



AV KNUT T. REINÅS

For 18 år siden satt Vidar på en pub i Bergen. Der møtte han en franskmann med en tann og to øl. Da hadde Zinedine Zidane scoret for Frankrike under EM i fotball.

«Denne franskmannen ble jeg aldri kjent med og jeg lurte på hva slags liv han hadde levd. Zidane ble jo en folkehelte, og jeg tenkte: kunne disse to ha byttet roller? Var han med den ene tanna den gutten som forventningsfull gikk på treninga, og så bomma han på ballen, og når han først traff så børte han ikke et ord, aldri et klapp på skulderen, aldri anerkjennelse, han ble sittende på reservebenken. Hvor havner disse barna når idretten vraker dem? Kanskje sitter mange av dem rundt omkring med en tann og to øl».

Vidars pappa var den største rollemodellen fordi han var tilstede når Vidar trengte ham som mest. Og pappaen fikk ham ut av de vanskelige sonene som barn, og gjennom ungdomstida osv. Pappaen var industriarbeider og søndagsskolelærer. Det var ganske greit da barna gikk på søndagsskolen, for alle gjorde det stort sett. Men at faren var søndagsskolelærer var jo også litt vanskelig, litt flaut. Og så fikk ikke Vidar lov til å være med å spille fotball for der var det så mye fyll, sa faren.

«KUPPERN» SOM ROLLEMODELL

Men så ble Vidar 14 år. Da tok han avgjørelsen selv, ble med kameraten og treneren, fikk drakt, og spilte den første kampen etter én trening. Han hadde spilt veldig mye på løkka, men ikke i organisert

idrett, så han kunne fotball. Han minnes en tur til Sverige, hvor de skulle spille mot et lag fra Strömstad, 20 mil fra Sarpsborg, der han vokste opp. Og da de kom fram parkerte bussjåføren mens treneren lå dritings i bussen. 14 til 16 år gamle var spillerne da. Pappaen fikk jo rett, men det skjønte jo ikke Vidar noe av den gangen. Likevel ble han dratt med i idretten. Og så fikk han Kuppern (Knut Johannesen) som ny rollemodell nr. 2, fordi han var en som fikk laurbærkranser og satte verdensrekorder, han fikk olympisk gull og var en radiohelt for en liten gutt på 10 år. Kuppern ble en rollemodell, akkurat som faren, men på en helt annen måte.

HVA MED DEM SOM BLIR VRAKA?

Og da Vidar som politimann gikk rundt i gatene 10 år etterpå og skulle arrestere de fulle gutta, så lærte han litt mer om årsakene til at folk drikker. Karen med den ene tanna, han havnet kanskje der han er fordi han hadde en trener som selv kanskje skulle være den beste på banen, og som hadde ambisjoner om å bli trener på Manchester United eller kanskje Lillestrøm, og da må du vrake noen barn. Du vinner ikke en cup med et guttelag uten å sette noen på reservebenken. Og hvor havner de hen da, de som blir vraka? Det så Vidar da han noen år senere gikk rundt i Oslos gater i politiform.

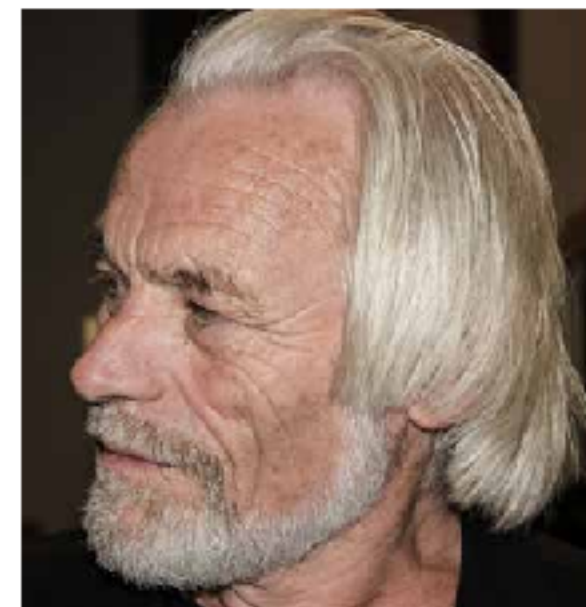
«Der så jeg mange av de menneskene som ble vraka, kanskje ikke nødvendigvis på fotballbanen, men av mange andre årsaker, tapere i skolegården osv. Så skjønte jeg at de gutta som gikk rundt der, de var jo gode, snille gutter, de var jo bare tørste, nettopp fordi situasjonen i forkant hadde vært så fryktelig vanskelig. Har du vært gjennom krigens opplevelser, så er du nødt til å drikke for å komme deg unna neste dag. Disse menneskene skulle ha hatt hjelp i stedet for at politiet skulle prøve å få opp statistikken ved å arrestere så mange som mulig av de gamle gutta. Jo flere du arresterte, jo bedre politimann var du».

» De vant en krig for Norge, men når krigen var over, så hadde de ikke noe nettverk, kanskje ingen familie, ingen å snakke med, og så havnet de på fylla. Vidar skjønte jo det at disse gutta trengte noe helt annet enn fyll. Når flasken var tom så gikk de hodestups i asfalten. Han skjønte at de trengte noen å snakke med. Men sånn var ikke systemet den gangen.

SKAL TRENEREN VÆRE BEST PÅ BANEN?

Akkurat sånn driver en del trenere innen barneidrett i dag også, mener Vidar. De skal ha det på CVen sin at de har vunnet kamper, og så er det noen som blir vraka. Dette mener han er en vesentlig årsak til at vi mister veldig mange barn innen idretten. Og utfordringen for idretten er nettopp å få til disse gode møteplassene for barna. Før eller siden møter de fleste barn opp hos et idrettslag sammen med kamerater, for å oppleve den spenningen og fellesskapet og alt det som ligger i idrettens fantastiske rammer, fair play. Den som taper, mister alt dette her. Når vi går tilbake til de gamle gutta den gang Vidar var ung politimann, så vet vi at mange av dem var krigens helter, akkurat like gode som Kuppern, men de fikk ikke laurbærkransen. De vant en krig for Norge, men når krigen var over, så hadde de ikke noe nettverk, kanskje ingen familie, ingen å snakke med, og så havnet de på fylla. Vidar skjønte jo det at disse gutta trengte noe helt annet enn fyll. Når flasken var tom så gikk de hodestups i asfalten. Han skjønte at de trengte noen å snakke med. Men sånn var ikke systemet den gangen.

«Det bildet gir meg et ganske klart syn på hvordan idretten kan drive. Få gode ledere, ledere som forstår å bygge opp barn, styrke identiteten deres fra barn til ungdomstid osv. Og så får vi heller tape noen kamper. Verdiene må være viktigere enn resultatene innen barne- og ungdomsidrett. Så får heller toppidretten ta over underholdningsverdien senere. Og da kommer utfordringen med alkohol og alt det andre. Jeg ønsker at norsk idrett skal stå for den gode møteplassen som den skal være for barna våre, og der har vi store utfordringer».



Vidar Bøhn er tidligere politimann, ble av Aftenpostens lesere utnevnt til årets Oslo-borger, og er aktiv som leder i Østmarka idrettslag. Han snakket om hvor viktig klare holdninger til alkohol er innen idretten.

SAMARBEID OM GODE MØTEPASSER

Som politimann fikk Vidar også senere oppgaver i norsk skole, i en periode hvor det var mye trøbbel blant ungdommen i Groruddalen. Barnevernet slet med sitt, familier hvor barna skulle tas vare på, skolene slet med unger som ikke gjorde lekser og ikke møtte opp. Det var mye innvandrere i Groruddalen, og noen av dem var rotløse, og politiet hadde også mer enn nok å gjøre. Så de offentlige og frivillige instansene fant ut at de skulle samarbeide, istedenfor å forsøke å være best i klassen. Politiet samarbeidet bl.a. med et idrettslag i Groruddalen, hvor de fikk gode resultater. Ungene ble med politiet og idrettslaget ut på turer som også fungerte som møteplasser for barn. Ingen verdensrekorder ble satt, heller ingen klubbrekorder ble slått, men ungene hadde det veldig fint der ute i naturen. Det er også en del av idrettens arena. Og en av ungene sa det ganske sterkt, at det var mye mer spennende å rafte når politiet var der. Dette var en fjorten år gammel gutt som hadde slått ned læreren i det store friminuttet på skolen.

Dette sier noe om hvilke muligheter idretten har, bl.a. spenning, nysgjerrighet, hvis de klarer å ha ledere som skjønner hvordan det er å bygge opp barn, sier Vidar Bøhn.

Brann og toppklubbene tar samfunnsansvar

BRANN STADION, BERGEN (Mot Rusgift) «Byen er Bergen, og laget er Brann!» Og laget er ikke bare Eliteserielaget som i fjor overraskende etter opprykk fra OBOS-ligaen, like godt spilte seg til en sølvplass. Laget er nemlig også «Gatelaget» som Brann driver, i likhet med flere av de andre toppklubbene.



AV HARALD BRÅTHEN

Han behøvde ikke presentere seg for oss, ja, for han kjente vi godt fra tidligere, sier Kim, en av tvillingkeeperne på Branns gatelag. – Knut Iversen er jo tidligere politimann, og han har vi stadig støtt på gjennom de 30 årene vi har vært på galeien, sier tvillingbror Kai. Og Knut Iversen er den tidligere fotballspilleren som etter en kort karriere på Branns A-lag begynte på Politiskolen i Oslo og senere ble politimann i Bergen.

DIALOG OG RELASJONER

– Jeg har jobbet veldig mye med barne- og ungdomskriminalitet, og særlig satset på dialog og det å bygge relasjoner. Derfra kjenner jeg også Kai og Kim, og mange andre som har slitt med livene sine, sier den erfarne ex-politimannen. Nå er han engasjert som en del av teamet rundt Branns gatelag, som er blitt noe av en stolthet for klubben, og som både sponsorer og A-lagsspillere gjerne snakker om og med – og viser fram.

Gatelaget trener hver tirsdag og torsdag med fremmøte klokken 09.45 til litt snakk og en matbit. Denne tirsdagen er ni på plass til frokost – inkludert 10-åringen Kevin, sønn til Chilenske Ivan.

– Mange har av ulike grunner ikke spist noe på morgenkvisten, og det å få litt mat og drikke i kroppen er viktig, forklarer Knut Iversen.

Ute på treningsfeltet kjører Knut dagens opplegg med fast hånd. Erland Hanstveit har hovedansvar som trener for laget. Dessuten er Linn Espeland ansatt i Brann som leder for samfunnsansvar generelt. Et godt og solid team som på alle måter gjør sitt beste for disse som på en eller flere måter har falt utenfor.

TO SMÅGUTTER FRA ASKIM

39-åringene Kai og Kim deler villig historiene sine. For mer enn 30 år siden kom de fra Askim til Bergen. Faren hadde de knapt nok sett siden to-årsalderen, men da moren fikk jobb på Haukeland tok hun guttene sine med seg til Bergen. Det ble ingen enkel opplevelse for de to, som straks ble mobbeoffer. Både fordi de var østlendinger og fordi de snakket litt annerledes enn vestlendinger.

– Dessuten var vi både litt runde, halvfete og kvapsete – og noen skolelys var vi vel heller ikke. Det var lett å ty til rusgifter, men for å ruse oss, trengte vi penger, og det hadde vi ikke. Dermed startet vi en kriminell løpebane med vinningskriminalitet og alt som skulle til for å skaffe stoff. Nå har jeg ikke ruset meg på tre år, sier Kai som også kan glede seg over at bror Kim er kommet i arbeidstrening på Brann Stadion. Hvis han klarer seg bra, kan erfaringen brukes som en referanse til å få jobb et annet sted.

– Drømmen er en vaktmesterjobb, sier Kim som akkurat denne dagen vi er på besøk skal flytte inn sammen med tvillingbror Kai. Det gleder de seg begge til. Etter at moren døde i 2007, har de bare hverandre. Og Gatelaget!

– Knut Iversen løfter oss opp, sier de to, som også spiller og trener med Frelsesarmeens lag i Bergen, og som sprudler av overskudd og glede når de får dekke hvert sitt fotballmål på treningsfeltet ved Brann Stadion.



Ex-politimannen Knut Iversen har en faderlig hånd med både trening og oppfølging også utenfor banen

KJEMPMESSIG UTVIKLING

Gatelagsledelsen opplever en kjempemessig utvikling hos spillerne.

– De skyter brystkassen frem og møter deg med blikket sitt, sier Knut Iversen. – De har fått en helt annen selvfølelse, og det har fotballen hjulpet dem med. Mange har vi dessuten fått inn i arbeidstrening. – Det håper vi flere kan dra nytte av. Ettervern er mangelvare. Det hjelper lite med avgiftning om du ikke har noe å gå til. Gatelaget er et slikt mellomtrinn som kan få deg tilbake i samfunnet, fastslår han, og er samtidig bekymret over utviklingen av narkotikapolitikken.

– De som ønsker cannabis frigitt, aner ikke hva de snakker om, sier Knut Iversen, og er bekymret over ungdomspolitikere som selv har prøvd stoff, og som ikke aner hvilken ulykke rusgiftavhengigheten har betydd og betyr for svært, svært mange, både i Bergen, og i verden for øvrig.

MØTE OPP NYKTER

På Gatelaget er den viktigste regelen at du skal møte opp nykter. Litt på spøk og litt på alvor kan det hevdes at spillerne bare har lørdagen og søndagen igjen til å ruse seg på. For mandag er dagen før trening, og da kan de ikke ruse seg når de skal trene

tirsdag. Og onsdag er de så slitne at de ikke orker å ruse seg – dessuten er det jo trening igjen torsdag. Og fredag er de så slitne igjen, at det ikke blir noen rusing. I helgen kan de jo håpe på Brann-seier i Eliteserien. Det gir også en rus – en rusgiftfri og positiv rus!

GATELAGSREGLENE SOM SPILLERNE SELV HAR LAGET LYDER SLIK:

- Vi skal ha det kjekt.
- Respekt.
- Konstruktive tilbakemeldinger.
- Faste rammer/betingelser.
- Vi kommer punktlig 09.45.
- Nykter på trening.
- Pass på hygien.
- De som moter får spille mest.

«FOTBALLEN VIKTIG OG GØY»

Ivan kom til Norge fra Chile i 2005. Der hadde han spilt fotball i 3. divisjon. Han har arbeidet som maler, og venter nå på praksisplass ved et sykehjem. Han har også vært assistent i bamehage.

– Fotballen er viktig og gøy, og god for beina, sier Ivan, som også spiller på Frekesarmeen. Han synes det var vanskelig å komme til Norge, både når det gjelder vær, kultur og temperatur, men han har ingen planer om å vende tilbake til Chile.

– Vi har et godt liv her i Norge, fastslår han. Sønnen Kevin som er født i Norge, og som var med på denne treningen fordi det var skoleferie i Bergen denne uken, viser seg allerede som en slegen tekniker med et godt skudd. Også i dagens avsluttende straffekonkurranse.

– Han vil bli fotballspiller på Brann, sier pappa Ivan. Og det må være et flott mål å ha!

» Vi kan gjerne snakke om samfunnsansvar, men vi har også fått mer varme inn i klubben.

Kanskje treffer han Knut Iversen der også. Knut har tilhørt klubben i alle år som trener for yngre lag, og nå med ansvar for vakthold og sikkerhet for de 17868 tilskuerne det maksimalt er plass til på Brann Stadion.

MANGE FIKK TØFFERE LIV

Rune Pedersen, fetter til legendariske «Pesen», Rolf Birger Pedersen fra Kniksens tid, kommer forbi på treningsfeltet, stopper opp og prater litt med Knut Iversen. De skaffet seg begge utdannelse i løpet av idrettskarrieren, Knut i politiet, Rune i bank og finans. De blar litt i minneboken og savner mange som fikk tøffere liv etter idrettskarrieren. Desto viktigere synes de å mene Gatelaget er. Her får mange en god mulighet til å få et meningsfullt liv.

– Dette gir energi, mening og glede, sier Linn Espeland som også forteller at Bergenhus Rotary i trolig blir med for å legge forholdene enda bedre til rette i forbindelse med både trening og kamper. Spillerne rekrutteres gjennom kommunens MO-sentre (Motivasjon og Oppfølging) av rusgift-

avhengige, og via NAV-kontorer. Eller spillerne forteller hva de får være med på, og rekrutterer andre med samme bakgrunn som dem selv.

I Brann starter det hele med en forespørsel fra Norsk Toppfotball i april 2015 om oppretteelse av gateag. Dette er nå blitt en stiftelse – Fotballstiftelsen, som mottar statlige midler til satsingen.

MER VARME INN I KLUBBEN

Vi bestemte oss for å prøve, og har ikke angret en dag, sier Knut Iversen. – Vi kan gjerne snakke om samfunnsansvar, men vi har også fått mer varme inn i klubben. A-lagsspillerne trikser gjerne litt med Gatelaget når det passer sannelig. Idretten blir noe mer enn underholdning og kamp om poeng og pokaler. For spilleme blir det hjelp til selvhjelp, og ikke bare seirene på banen som teller. Seier i kampene utenfor er vel så viktige.

Budsjettet for 2017 er totalt på knappe 900 000 kroner. Stiftelsen bidrar mest med 650 000 i 2016, men også Sparebanken Vest med 100 000 kroner, og Norsk Narkotikapolitiforening med over 40 000 fra et lotteri til inntekt for Gatelaget. Lager har mat fra Orkla, fotballsko og annet utstyr.

NIVÅET ER IMPONERENDE HØYT

Tirsdagstreningen går mot slutten. Også Gatelaget elsker «drilleparti». Det spilles en-touch og to-touch. Nivået er imponerende høyt. Ingen legger noe mellom. Feilpasningene er få og skuddene knallharde. De to keeper-tvillingene fra Askim får svidd fingertuppene under den avsluttende straffekonkurranse. Det kan være fristende å kaste inn noen ord fra en gammel keepers minnebok: «Så du ikke den? Er du blind eller?»

– Og ganske riktig – keeper Kim er faktisk blind på det venstre øyet. Men desto større er gleden når det blir redning i fast grep.

– Og helt til slutt: Etter dusj og småprat i garderoben, er det tid for en matbit igjen.

Knut kommer innom spiserommet. Skal ha med en av spillerne til urinkontroll. Spilleren tenker å ta fag ved Handelshøyskolen, men skal han reise dit med anbefaling fra Gatelaget, må urinen være fri for spor etter rusgifter. Vi krysser fingre for at det gikk bra, og ønsker alle gateag og spillere lykke til med 2017 og årene deretter.



Brødrene brothers keepere i hvert sitt mål – og optimistiske for en rusgiftfri framtid



Ikke noe å si på tilslaget – og «frsparket».

NTG Kongsvinger tar idretten og alkoholen på alvor

På Toppidrettsgymnaset på Kongsvinger – NTG Kongsvinger – tar de idretten – og alkoholen på alvor! De har i likhet med NTG Lillehammer et meget strengt russelement. Her er det forbudt med russebiler, busser, bruk av russeklær på skolen og bruk av rusgifter på hybler.



AV HARALD BRÅTHEN

Vår visjon er at elevene skal få satse for fullt på idretten sin, og samtidig få med seg skolen i et tre års løp, sier Åge Steen. – Da nytter det ikke å feste seg bort i den viktrige eksamenstida, slik det er lagt opp til i den videregående skolen over hele landet. Fra idretten vet vi jo at du ikke kan starte med feiringen før du er i mål.

Den tidligere kvinnelandslags- og Kongsvinger-treneren i fotball, er daglig leder og sportsdirektør på NTG Kongsvinger. Han er stolt over at alle elevene fra fjorårets tredjeklasse gikk ut med vitnemål.

SPORTSLIGE RESULTATER I VERDENSKLASSE

Han er ikke mindre stolt over de sportslige resultatene. Kristoffer Halvorsen som vant U23-VM på sykkel, har en fortid på sykkellinjen i Kongsvinger. En elev som nå går i annen klasse tok nylig bronse i senior-VM i disco-dans. Dansetreneren Ida Craig Karlstad er selv verdensmester og leder en linje med

12 elever. Størst oppslutning er det om fotball-linjene for gutter og jenter – og med et særlig godt jentemiljø. Også på linja for landeveissykling er det både gutter og jenter. Det samme gjelder rifleskyting, mens håndballen inntil nå har nøydt seg med en jentelinje, men dette blir det kanskje en endring på etter håndballguttas sensasjonelle VM-sølv i Frankrike?

TOPP LÆREKREFTER OG TRENINGSFORHOLD

– Vi kan skilte med kjempegode lærekrefter og de beste skole- og treningsforhold, fastslår 56-årlige Steen. Han har vært ved NTG siden 2004, og skolen holder til i den digre Kongsvinger-hallen med imponerende forhold for læring i både idrett og skole. Han har også en fortid der han både har trent og spilt med Ståle Solbakken på Grue.

– Ståle er en smart kar med et klokt huet, sier Åge Steen. Klok nok til ikke å påta seg rollen som norsk landslagssjef – kan det være fristende å tilføye.

IKKE BARE ØKONOMIEN SOM AVGJØR

Åge Steen kom til NTG fra jobben som kvinnelandslagstrener i fotball 2000 - 2004. I hans periode ble det både EM- og VM-sluttspill – og bronse i EM i 2001. Han trente Kongsvinger i 1996 og i 1997, da det ble henholdsvis 6. og 7. plass i Tipped-

» Av skolens 123 elever, bor hele 90 på hybel. Mange elever kommer fra Kongsvinger-distriktet og kan bo hjemme, mens det for flertallet blir vanskelig å dagpendle. Da er hybel et godt alternativ.

ligaen og semifinaleplass i cupen. Han nevner navn som Jørn Karlsrud, Vidar Riseth, Charles Berstad fra Skarnes og Arnfinn Engebakk fra Trysil.

– I idrett er det ikke bare økonomien som bestemmer hvor langt du kan komme, sier Åge Steen, og mener Kongsvinger-forballen er det beste eksempelet på det. – Her har vi ikke hatt all verdens midler å rutte med i fotballklubben, men vi var da i cupfinalen i fjor!

Selv har han passet på å sikre seg utdanning ved siden av idrettskarrieren. Han er utdannet innen økonomi og ledelse, og har blant annet jobbet som personalkonsulent i Hedmark Energiverk, inntil idretten overtok på heltid da han valgte å bli fotballtrener med stor E.

90 BOR PÅ HYBEL

Av skolens 123 elever, bor hele 90 på hybel. Mange elever kommer fra Kongsvinger-distriktet og kan bo hjemme, mens det for flertallet blir vanskelig å dagpendle. Da er hybel et godt alternativ. Hybellivet er viktig, og skolen føler et ansvar også her for at elevene setter av tid til gode matrutiner.

– Vi bruker mye tid på kostholdsveiledning, sier Åge Steen. –Kosten er jo viktig også for å oppnå toppresultater på idrettsbanen. Skolen er videre svært opptatt av holdninger, og det jobbes parallelt med dette.

Åge Steen diskuterer idrett og alkohol med lederen av Fotbundet Mot Rusgift (FMR), Knut Reinås og kickboksere Pernille Bure Karlsen, etter et arrangement i FMRs kunnskapsturne med tema «Idrett og alkohol».



– Disiplin, punktlighet, dele med andre og hjelpe hverandre, være i team og holde sammen, er viktig for oss, sier Åge Steen, daglig leder og sportsdirektør ved NTG Kongsvinger.



» En elev som nå går i annen klasse tok nylig bronse i senior-VM i disco-dans. Dansetreneren Ida Craig Karlstad er selv verdensmester og leder en linje med 12 elever.

STERKT FELLESSKAP

– Disiplin, punktlighet, dele med andre og hjelpe hverandre, være i team og holde sammen, er viktig for oss. Den store fordelen her er jo at alle er veldig interessert i idrett og vil oppnå resultater. De føler at de kjenner hverandre – og det skapes et sterkt fellesskap. Elevene er også enige om at alkohol og idrett ikke hører sammen. Med reglene våre for russetiden, reduseres også presset mot den enkelte. Vi har et veldig godt samarbeid med både elever og foresatte, og restriksjonene på russetiden er blitt veldig godt mottatt av de foresatte.

» *Elevene er også enige om at alkohol og idrett ikke hører sammen. Med reglene våre for russetiden, reduseres også presset mot den enkelte.*

BLIR IKKE GOD MED ALKOHOL

Åge Steen forteller at da han leder kvinnelandslaget i fotball, var alt samvær i trening og kamper alkoholfritt. Også på Kongsvingers lag i Tippeligaen, var det enighet om at du ikke oppnådde resultater med alkohol.

– Jeg var nesten avholds sjøl da jeg var aktiv. I dag kan det vel bli et glass øl eller vin til maten. Skal du bli god i idrett, komme opp og få full effekt av treningen, er alkohol lite smart. Det samme gjelder russetiden. Jeg kan ikke begripe at russetiden ikke flyttes til etter eksamen. Dette må kunne diskuteres på landsbasis. Sånn det er lagt opp nå, blir det feil!

Elevene legger ned så mye tid og arbeid i å bli gode både på skolen og i idretten. Mange ødelegger ikke bare skolerisultatene sine, men hele fremtiden sin i løpet av det fulle året storparten av tredjeklassingene bruker på russeforberedelser og russetid. Det er et opplegg som ingen er tjent med!



Pernille Bure Karlsens (foran) kamp for å bli respektert for sitt syn på idrett uten alkohol, var midt i blinken for tilhørerne fra rifleskytterlinja. Fra venstre Anita Bjørkedal, Nordstrand Sportskyttere, Elisabeth Steinfeld Leganger, Kisen Miniaturskytterlag, Karina Stettle, Kisen, Åshild Tovseth Vatne, Nordstrand og Marthe Køhl, Elverum Rifleklubb.

Norges Toppidrettsgymnas

Norges Toppidrettsgymnas (NTG) er en stiftelse som driver privat videregående skole. Stiftelsen Norsk Alpingymnas (NAG) ble etablert av Roger Elstad i Bærum i 1981 og var starten på det som skulle bli Norges Toppidrettsgymnas.

NTG er nå lokalisert i NTG Bærum, på Geilo, Kongsvinger, Lillehammer og NTG Tromsø. Skolene er landsdekkende og har elever fra alle landets 19 fylker.

I dag er det mange skoler utenfor NTG som også kaller seg toppidrettsgymnas, men NTG var den første. NTGs hovedmål: NTG skal bidra til at utøvere i løpet av sin karriere tar medaljer i internasjonale mesterskap, kvalifiserer seg til høyere studier og utvikler gode holdninger.

NTG blir sett på som en viktig medspiller i utviklingen av Norges beste idrettstalenter.

Søkere til NTG må ha et utviklingspotensiale i sin idrett og/eller ha oppnådd gode resultater. Undervisningen begynner dessuten tidligere om høsten enn ved offentlige videregående skoler, og NTGs elever får ikke vinterferie. Dette blir gjort for å få tilstrekkelig antall timer i skolefagene og samtidig finne tid til den treningen som kreves for å bli toppidrettsutøver.

For å sikre treningskvaliteten og kunne nå et høyt internasjonalt nivå oppsøkes det ulike toppmiljøer i Norge, Tyskland, USA, Sør-Afrika, Litauen, Russland, Sverige, Brasil, Belgia, Kina, Spania, Japan og Mellom-Europa og ikke minst Slany i Tsjekkia. Her gjennomføres felles samlinger og konkurranser med de lokale utøverne. Utenlandske sparringpartnere blir invitert til NTG.

NTG har ca. 80 trenere, de fleste er heltidsansatte. Disse holder et høyt internasjonalt nivå og kommer fra 12 forskjellige nasjoner. Dette medfører en permanent kompetanseheving og tverrfaglig utvikling hos de ansatte trenerne.

Skolen er støtteberettiget i Statens lånekasse for utdanning på lik linje med offentlige videregående skoler.



NTG Kongsvinger holder til i den store Kongsvingerhallen midt i Kongsvinger, og har de beste forhold for læring både i skole og idrett.

IDRETTER VED NTG

NTGs tilbud gjelder utøvere av følgende idretter:

- | | | |
|--------------|---------------|-----------------|
| • Alpint | • Håndball | • Sjakk |
| • Basketball | • Ishockey | • Skiskyting |
| • Bordtennis | • Judo | • Skyting |
| • Bryting | • Klatring | • Snowboard |
| • Dans | • Kombinert | • Svømming |
| • Fotball | • Langrenn | • Sykling |
| • Friidrett | • Motocross | • Tennis |
| • Gdf | • Orientering | • Terrengsykkel |
| • Hopp | • Seiling | |

Norges Toppidrettsgymnas Stiftelsen.

Formål: Å arbeide for best mulig undervisning og treningstilbud til ungdom som ønsker å kombinere sin idrettskarriere med videregående utdanning.

Motto: Ærlighet, respekt og entusiasme

Nettsted: www.ntg.no

Kickbokser bryter drikkepresset

Pernille er 25 år og kommer fra Engelsviken utenfor Fredrikstad. Selv om mange tror det som skjer i kickbokser-ringen er noe av det tøffeste man kan bli utsatt for, opplever Pernille at den tøffeste kampen hennes var under oppveksten, hvor hun valgte å avstå fra å drikke alkohol. «Jeg hadde en fantastisk oppvekst med mor og far og en syv år eldre søster, som har støttet meg i alt jeg har vært igjennom. Men det var utfordrende ikke å drikke alkohol da jeg kom opp i 15-16-årsalderen.



AV KNUT T. REINÅS

Jeg vokste opp i en gate full av bam, uten bekymringer. Jeg begynte tidlig på håndball, og jeg ville gjerne bli best. Alt jeg gjorde handlet om det. Engelsviken er bl.a. kjent som en strøk der mange drikker mye alkohol. Det har vært mange fyllefester og slapp holdning blant både unge og eldre. Jeg hører at ungdom fra andre områder rundt ser på Engelsviken som et fyllested. Kulturen var at eldre søsken tok med yngre søsken på fest. Alle festet sammen, uavhengig av alder. Det var en kultur hvor det å drikke og røyke var det som var kult. Hun har hele tiden vært aktiv og sosial. Og konkurransinstinktet har vært på plass fra starten av. Hun begynte tidlig med idrett og valget falt på håndball. Drømmen var landslaget og bli bedre enn søsteren. Alt dreide seg om å gjøre det bedre enn henne.

ENGELSVIKEN

«Det er ikke til å legge skjul på at Engelsviken kanskje er kjent for mye alkohol blant ungdom. I oppveksten har jeg ofte følt at ungdommer fra andre steder kun ser på Engelsviken som et fyllested», sier Pernille.

Kulturen var at de eldre søsknene tok med seg små søsken på fest og alle festet sammen uavhengig av alder, en stor tett vennegjeng. Alle ønsket jo å være med.

Det har vært en kultur hvor det å drikke og røyke har vært kult, på bekostning av idrett og skole. Men ikke for Pernille, hun var kanskje ikke som «alle andre». Hun ble nemlig det «sorte fåret».

For Pernille startet nok historien de tre siste årene på barneskolen. De fikk Frode Jørstad som lærer, den energiske og nesten overivrige landslagstreneren i seiling, som behandlet alle i klassen på samme måte. Og det ble en kultur å være best. «Det viktigste er ikke å delta, men å vinne» er noe av det hun husker aller best at han sa. Plutselig var det lov å være best og det ble kult å være best. Han fikk alle til å føle seg gode uavhengig av prestasjoner.

SKAPTE SAMHOLD

Frode var klar over utfordringene som var på ungdomsskolen med alkohol og festing. Det viktigste for ham var samholdet. Det var ingen mobbing, eller oppfatninger om at noen var bedre enn andre. Han ønsket å skape ett samhold som skulle tåle ungdomsskolen. Det er som kjent ofte årene hvor festing, mobbing og alkohol plutselig blir «kult». Mange kjenner seg nok igjen i de utfordringene.

For å understreke hvor mye den seileglade læreren betydde for klassen nevner Pernille Tine-stafetten i 6 klasse. Elevene i klassen hadde trent mye og var klare for å ta hjem seieren. Men brått fikk de høre at de ikke fikk lov til å dra! Skolen hadde bestemt at foreldrene ikke fikk lov til å kjøre og skolen hadde heller ikke råd til buss. Men å avlyse var uaktuelt for læreren, han ville ikke skuffe dem. Dagen før stafetten tok han dem med på sykkeltur til Veumskauen. Der overnattet de i gapahuk og laget lagsang, før de syklet ned til Lisleby dagen etter, og tok hjem seieren i stafetten.

TIDEN PÅ UNGDOMSSKOLEN.

Det var en sammensveiset klasse som fortsatte over på ungdomsskolen. Men hverdagene ble straks annerledes. Plutselig var det kulere å drikke og feste med de eldre enn det var å være flink på skolen eller være god i en idrett. I løpet av ungdomsskolen falt

» Det har vært mange fyllefester og slapp holdning blant både unge og eldre. Jeg hører at ungdom fra andre områder rundt ser på Engelsviken som et fyllested. Kulturen var at eldre søsken tok med yngre søsken på fest. Alle festet sammen, uavhengig av alder. Det var en kultur hvor det å drikke og røyke var det som var kult

ekstremt mange av idretten og de aldersbestemte lagene i ballidrettene var etterhvert ikke store nok til å fortsette, og tilbudene forsvant.

Pernille ønsket ikke å drikke alkohol ettersom hun heller ville bli god i håndball og på skolen. Det var her problemene startet. På grunn av dette ble hun etter hvert holdt mer og mer utenfor.

Hun var ikke kul og ble til tider mye alene på skolen, og hadde få venner. Selv på håndball-laget ble alkohol et fokus blant jentene. Hun ble ikke invitert på jentekvelder eller fester fordi hun var kjedelig og ikke drakk alkohol. Hun dro på skolen og trening og dro rett hjem etterpå..

Hun har av og til kjent seg sint og vært mye lei seg for ikke å bli inkludert. Det er ikke godt for selv-tilliten til en jente på 15-16 år å bli holdt utenfor og ikke akseptert på grunnlag av at man ikke drikker alkohol. At hun valgte ikke å drikke alkohol ga henne en tung vei å gå, hun mistet mange venner og var mer og mer alene. Heldigvis har Pernille vokst opp med verdens beste mamma, pappa og søster og hun har vært så heldig at hun har hatt tante, onkel og to søskenbarn i huset ved siden av. Det sosiale for henne ble dermed trening og samvær med de nærmeste.

Ungdomsskolen ble tøff, krevende og sær for Pernille. Hun ble etter hvert en jente blottet for selv-tillit, uten å vise det utad. Selv om hun ikke har blitt sterkt mobbet, er det å føle seg utenfor og ekskludert utrolig vondt som ung jente. Hadde hun ikke hatt familien sin og sine nærmeste i denne perioden kunne fort historien blitt en helt annen enn toppkarakterer og en plass på skolen hun ønsket seg.

WANG TOPPIDRETT I MOSS

Etter ungdomsskolen gikk veien videre til Wang toppidrett. Skolen hadde 90 elever og besto av i alt tre klasser. Fra første dag følte hun seg hjemme og at hun passet inn. Her var det greit ikke å drikke, røyke



Pernille Bure Karlsen, flere ganger norsk og skandinavisk mester i kickboksing, og har en rekke medaljer fra World cup og andre internasjonale stevner. Hun har også gull fra Irish Open, som regnes som verdens største kickboxing-turnering.

eller snuse. Pernille mener at Wang er stedet hvor hun ble trygg på seg selv og alt hun står for. Hennes mamma og pappa har ofte sagt at det beste valget de har gjort, var å la henne få lov til å begynne på Wang da hun først var kommet inn der. Riktig nok begynte flere og flere å teste alkohol også der, men det var aldri noe press eller problem at hun ikke ønsket å drikke. Det var heller kult at hun valgte ikke å gjøre det. Halvveis ut i 2. klasse på Wang ble hun skadet i kneet. Hun begynte derfor å trene kickboksing mer seriøst, som en del av rehabiliteringen for å bli bedre på håndballbanen, begge to idretter hvor det kreves kroppskontroll, spenst og balanse. Der begynte historien og allerede innen året var omme hadde hun vunnet to gull i jr. NM i kickboksing.

» I Engelsviken har det i alle år funnes noe som kalles «Engelsviken-lappen». Det vil si: Du kunne kjøre hjem fra fest beruset, enten du hadde drukket to øl eller var full, så lenge du bare skulle hjem, var det allment godtatt og kjent.

Året etter byttet hun klubb og havnet i sin nåværende klubb, Fighter kickboxing klubb i Oslo under trener og landslagstrener Daimi Akin. I Fighter er det forbudt å drikke alkohol i sesongen. Altså det er kun lov i sommerferien og ved juletider, når det ikke er konkurranser.

Ved siden av dette har Daimi satt et strengt forbud på turer og turneringer, selv om det på de store turneringene er store fester og utrolig mye alkohol. Sammen med familien, Frode Jørstad og Wang Toppidrett har Daimi vært en av de viktigste støtte-spillerne i Pernilles valg om ikke å drikke alkohol.

HVORFOR DRIKKER DU IKKE ALKOHOL?

Det er et spørsmål hun har spurt seg selv om mange ganger før. Og hun har brukt mange år på å finne grunnen til det. Hun visste jo at mamma og pappa ville støttet henne uansett. Hennes søster startet med festing og drikking i ung alder og var kanskje også litt mer rebell enn Pernille, men gjorde aldri noe galt. Det eneste foreldrene sa til henne var: «Om du velger å drikke, så ikke vær redd for å komme hjem, uansett tilstand.»

For å finne den egentlige grunnen til Pernilles avhold fra alkohol må vi faktisk tilbake til 6-7. klasse. I timen til Frode spurte han hvem de trodde ville begynne å røyke og drikke først? Pernille og hennes beste venninne ble pekt ut. De tøffe guttejentene. Da gikk det en «faen» i henne. Det føltes ikke riktig! Greit at de eldre søsknene hadde vært tidlig ute med både festing, røyk og alkohol, men det føltes ikke riktig å bli sammenlignet med dem! Hun tror faktisk at det var den dagen hun bestemte seg for ikke å drikke alkohol. De skulle ikke få rett!

ENGELSVIKEN, IDYLLEN OG ALKOHOLEN.

Pernille vil ikke legge skjul på at hun synes det er utrolig synd at det i likhet med andre tettsteder er mye fokus på alkohol i Engelsviken. Hun husker at da hun gikk på ungdomsskolen var det mange dyktige talenter i mange forskjellige idretter der, men

at frafallet var så veldig stort. Hun mener at kulturen med alkohol og festing hadde mye av skylden, i tillegg til manglende oppfølging. Selv om ungdommer begynner å drikke, må de tas vare på. Pernille husker godt Tom Brien, som var ungdomsarbeider. Han jobbet mye med ungdommene ute i Engelsviken-området. Selv om de begynte med alkohol og å skeie ut på skolen, ga han dem ikke opp. Han tok dem med på hytteturer og arrangerte skiturer osv. Pernille skulle ønske at ungdom på samme alder nå hadde det samme tilbudet. Tettstedet trenger flere personer som Frode og Tom.

Personer som engasjerer seg og som bryr seg og jobber for ungdommen. Engelsviken var stedet for festing og campingturister. Og presset til å drikke alkohol var enormt om man ønsket å ha venner. Holdningene til alkohol har vært slappe og svært få har sett faresignalene.

ET EKSEMPEL:

I Engelsviken har det i alle år funnes noe som kalles «Engelsviken-lappen». Det vil si: Du kunne kjøre hjem fra fest beruset, enten du hadde drukket to øl eller var full, så lenge du bare skulle hjem, var det allment godtatt og kjent.

Som ung syntes Pernille det var skummelt og ubehagelig med alt presset på å drikke alkohol. Det var vondt! Hva skulle egentlig til for å gjøre noe med holdningene til ungdommen på den tiden? I mai 2008 kom svaret: Dødsulykken i svingen alle kjørte forbi. I det røde huset.

En nær venn av alle i Engelsviken omkom etter at han og sjåføren kjørte bil i beruset tilstand. Ulykken endret holdningene, men allerede 6 år senere var effekten borte.

Men Pernille står i dag fram som en kickboxer (riktignok skadet for øyeblikket), med universitetsutdanning og jobb som avdelingsleder på XXL, med verdens beste kjæreste som ikke drikker og noe få gode venner som respekterer henne for den hun er.

Dansere drikker ikke – De ruser seg på dansen

Det ble en annerledes treningskveld i Tromsø Swingklubb da kumkapsturneen «Idrett og alkohol» kom hit til Tromsø.



AV HARALD BRÅTHEN

Her har vi et godt og aktivt miljø, og det var alle tiders for oss å få besøk av Knut Reinås fra Forbundet mot Rusgift og Sylvi Ofstad, organisasjonssjef i Troms Idrettskrets, fremholdt leder Tora Lovise Kvande i swingklubben.

BEDRE Å RUSE SEG PÅ DANSEN

Knut Reinås fremholdt at dans er idrett, og at han synes det er bedre å ruse seg på dans og andre idretter, enn på rusgifter.

– Idretten er en fantastisk organisasjon og har et stort ansvar – spesielt for unge, sa Knut Reinås, som fremholdt at idrettsungdom drikker mindre enn andre.

– Mer enn 90 000 barn har foreldre med alkoholrelaterte problemer. FMR ønsker at idretten skal være et fristed fra alkohol, noe disse barna og ungdommene trenger i en slitsom hverdag. Det er viktig at idretten kan være der for barna, som en forlengelse av familien.

«IDRETTSGLEDE FOR ALLE»

– «Idrettsglede for alle» er motto og rettesnor for Norsk Idrett, sa Sylvi Ofstad, organisasjonssjef i den største frivillige bevegelsen i Troms, med sine 58 000 medlemskap.

– Det er viktig at alle føler de kan være med på en trygg og fin måte. Hun mener det er viktig å ha en bevisst holdning til idrett uten alkohol, noe som også er nedfelt i idrettens politikk, retningslinjer og lover.

– Samtidig er reiser og turneringer områder klubbene må være svært oppmerksomme på, og tuftede også disse utfordringene på en god og sunn klubbkultur. Her har idretten et godt opplegg «Se og bli sett», som klubbene kan gjennomføre. Hittil er bare 18 av de 400 klubbene i Troms Idrettskrets med på dette opplegget, som også Norges Danseforbund oppfordrer klubbene sine til å delta i. Hun pekte også på betydningen av tribunekulturen.

– Du skal kunne gå på kamp og vite at tribunen er trygg, familievennlig og alkoholfri.

» Samtidig er reiser og turneringer områder klubbene må være svært oppmerksomme på, og tuftede også disse utfordringene på en god og sunn klubbkultur.

ALKOHOLFRIE DANSEKVELDER

I Tromsø Swingklubb er dansekveldene alkoholfrie, slik det var også denne kvelden.

– Her danser vi, drikker vann og mineralvann, og i pausen har vi både kaffe og kaker. Skikkelig sosialt og hyggelig, smilte lederen Tora Lovise Kvande. Og det kan vi bare bekrefte. Her ble det danset, danset og danset igjen. I en hyggelig kaffe pause fikk vi innlekkene fra både Knut Reinås, Sylvi Ofstad og Tora Lovise Kvande. I spørre- og diskusjonsdelen fortalte landslagsdanseren «Danse-Rita»-Johansen om mindre hyggelige hendelser blant annet på konkurranser i Danmark, hvor det var tillatt med alkohol på tribunen.

Her i Tromsø var det ingen alkohol, bare god stemning og mye dans. I tillegg til de 40-50 fremmøtte, benyttet også FMR-lederen Knut og idrettstoppen Sylvi anledningen til å swinge seg.

– Ja, dette var moro, sa Sylvi Ofstad som sterkt vurderte å invitere med seg mannen sin på en senere dansekveld. Knut Reinås vil neppe heller være vond å be når muligheten til en berusende svingom byr seg igjen. Så lenge den er alkoholfri.



Sylvi Ofstad, Organisasjonssjef i Troms Idrettskrets.

Tora Lovise Kvande, leder i Tromsø Swingklubb.

Satsar på gode førebilete

Dei satsar alt på å verte mellom verdas beste i sin idrett. Samstundes brenn dei for at idretten skal vera ein friplass frå alkohol og andre rusgifter.



AV MARIT BARENE

Dei er mellom Norges, og til og med verdas beste idrettsutøvarar, men også store førebilete for born og unge. Det er det fleire som set pris på.

Det landsdekkjande førebyggjande prosjektet - Idrett Utan Alkohol, «samlar på» gode førebilete innan idretten. Prosjektet er støtta av Helsedirektoratet for å drive førebyggjande arbeid for at idretten skal vera ein fristad frå alkoholen, spesielt der born og unge ferdes.

– Vi tenkjer at nokre soner skal vera alkoholfrie, og Idretten bør vera ein av desse. Nesten kvart tiande barn i Norge har minst ein forelder som slit med Alkohol. I eir idrettslag veit ein sjeldan kven desse borna er. Idrett Utan Alkohol arbeidar difor for at homeidretten skal vera ein trygg stad – også utanfor bana.

– I Norge er det brei semje i at borneidretten bør vera alkoholfri, men den er dessverre ikkje alltid det, fortel prosjektleiaren Gro Anette Fanebust.

DEI BESTE MED PÅ LAGET

Prosjektet under organisasjonen Edru Livsstil arbeidar også for å nå dei som ikkje er i organisert idrett. Difor er Fanebust svært glad for samarbeidet med KnarvikMila gjennom fleire år.

» Nesten kvart tiande barn i Norge har minst ein forelder som slit med Alkohol.

– Idrett Utan Alkohol retter seg mot alle idrettslag på grunplanet og vidare oppover i systemet. Vi arbeider bevisst opp mot store nasjonale idrettsarrangement, så vel som mindre lokale. Målet med aktivitetsprogrammet er rusgiftførebygging, samt å forsterke eksisterande rusgiftrestrikrive standpunkt, som stadig vert utfordra innan idretten, seier Fanebust.

For å nå fram med budskapet sin er, prosjektet avhengig av gode førebilete. Med seg på laget har Idrett Utan Alkohol ei rekkje idrettsutøvarar som konkurrerer i toppen både nasjonalt og internasjonalt.

SATSAR MOT VM

Ein av dei er tikkjempar og Norgesmeister i mangekamp Martin Roe, som satsar for fullt mot VM i London, og mot OL 2020. 24-åringen trener meir enn 30 timar i veka, samstundes som han har jobb på sportsbutikk. Martin Roe kom på 11. plass i EM i friidrett i Nederland i juli i fjor. Her sette han personlig rekord både i lengde og diskoskast i løpet av meisterskapet. I februar blei Martin Roe Noregsmeister i sjukamp inne med 5690 poeng. Han har persa i fleire greiner det siste året, noko som tyder på at han er i sitt livs form. Så er han også meir motivert enn på lenge.

MOTIVERT

– Eg var veldig godt nøgd med 11-plassen i EM, den gav virkelig motivasjon til å satsa vidare, fortel 24-åringen, som byrja med friidrett i ung alder. Frå han var seks år har han trent friidrett, etter at for-



Sven Martin Skagestad, Marthe Katrine Myhre, Martin Roe og Salum Kashafali er alle mellom dei fremste i sin idrett.

» For å nå fram med budskapet sin er, prosjektet avhengig av gode førebilete. Med seg på laget har Idrett Utan Alkohol ei rekkje idrettsutøvarar som konkurrerer i toppen både nasjonalt og internasjonalt.

eldra, som også er trenarane hans, tidlig oppdaga at Martin hadde et heilt spesielt talent for friidrett.

Roe har valt å vera idrettsambassadør for Idrett Utan Alkohol, og synes det er viktig å arbeida for en alkoholfri og inkluderande idrettskultur.

– Eg vel idrett utan alkohol rett og slett fordi eg legg ned så mykje tid og krefter i treninga mi og i idretten, og dette vil eg ha mest mogleg utteljing for. Alkohol set meg kun tilbake, seier Roe.

TIL OLI 2020

Også diskoskastar Sven Martin Skagestad er med på laget til Idrett Utan Alkohol. Han vart kåra til fylkets største talent i 2014, vart Nordisk meister i kule og diskos i 2014, og kasta seg til en 13. plass i OL i 2016. 22-åringen frå Godvik har alt klart kvalifiseringskrava både til VM i år og til OL i 2020.

– Det er min store draum å stå på toppen av pallen i dei Olympiske Leikane, og eg kjem til å gjera alt som skal til for at dette skal realiserast, seier Skagestad, som nyleg var på treningsleir i Portugal for å finpusse forma.

Også supersprintar Salum Kashafali er Idrettsambassadør for Idrett Utan Alkohol. Han er Norgesmeister på 60- meter, og tok 5. plass i Nordisk Meisterskap i 2015.

– Det er utruleg dyktige idrettsutøvarar vi har med oss når vi er ute og frontar rusgiftfri idrett, og det er vi stolte av, seier Gro Anette Fanebust.

STOR PÅVERKNADSKRAFT

– Gode førebilete har stor påverknadskraft ovanfor born og unge. Difor er vi glade for å ha desse toppidrettsutøvarane med oss på laget, som marknadsfører ein alkoholfri idrett og sunn livsstil ovanfor born og unge, seier Fanebust. Ho fortel at prosjektet Idrett Utan Alkohol i alt har 11 idrettsutøvarar i sin «stall».

– Desse marknadsfører ein sunn livsstil i høve til born og unge både på idrettsarrangement, i media, sosiale media og elles i lokale klubbar og idrettslag. Vi trur det er viktig å forsterke eksisterande rusgiftrestrikrive standpunkt - som stadig vert utfordra i idretten, avsluttar Fanebust.

Simen Agdestein:

En ølskvett – og jeg spiller dårligere

«Sjakkspillere ødelegger ikke hjernen sin med rusgifter», var arbeidstittelen min. Omtrent før vi har begynt å snakke, heller Simen Agdestein kaldt vann i blodet på meg: -Sjakkhistorien er full av spillere som er eller var alkoholikere, forteller han.



AV HARALD BRÅTHEN

Men skal du være med i toppen i dag, ødelegger du ikke hjernen din med rusgifter! Selv har han alltid vært nøktern og medgir at han nærmest har jukset med å ikke drikke under NM i café-sjakk i Bergen hvor det nettopp skal spilles sjakk og drikkes. Og snakkes høyt.

– Får jeg en ølskvett, er det nok til at jeg spiller dårligere, fremholder han.

Simen Agdestein har liksom alltid vært her. Vidunderbarnet – for det må han ha vært – fyller faktisk 50 år 15. mai i år. Mange husker Simen fra åtte år på Lyns A-lag i fotball. Han spilte også åtte A-landskamper i fotball og scoret ett mål (2-3 mot Tsjekkoslovakia i Bratislava). Men selv om han sann sett var et multitalent, var det sjakken som vant ham til slutt.

SJÅFØR PÅ RUSSEBILEN

Simen Agdestein har alltid vært dønn seriøs, både i sjakken – og med fotballen.

– Jeg drakk heller ikke i russetiden. Var sjåfør på russebilen vår og trivdes med det. De som er på topp i sjakken i dag har sin personlighet og sine greier, men alkohol og festing er ikke fremtredende i deres livsstil. Verdens beste leker og har det gøy, men de drikker ikke.

» De som er på topp i sjakken i dag har sin personlighet og sine greier, men alkohol og festing er ikke fremtredende i deres livsstil.

Sann sett var også vekselbruket med fotballen bra for Simen. Asker-gutten spilte på Askers lag i de yngre årsklasser. 15 år gammel begynte han i Oslo-klubben Lyn. Da hadde han begynt med sjakk som 11-åring, og fotballen var bare for hygge.

– Likevel opplevde jeg flere ganger at fotballspillet var på sitt beste etter at jeg kom hjem fra slitsomme sjakkturneringer og kunne få løpe ut og boltre meg på fotballbanen.

BLIR FRYKTELIG SLITEN

– Jeg blir fryktelig sliten av å spille sjakk. Det krever så enormt av kreftene dine. Kroppen og hodet ditt arbeider både før kampen. Underveis. Etterpå. Og hele natten. Sjakken er en 24-timers greie. Du ser Magnus Carlsen. Han blir også sliten. Men han er som en maratonløper på sjakkfeltet. Mange ganger ser han helt utslitt ut, men du skal ikke la deg lure av kroppsspråket hans.

Gode spillere gir seg ikke så lett. Taper du eller spiller remis og blir irritert, drar du det gjeme med deg inn i neste parti. Men har du energi, kan du berge det utroligste parti. For egen del klarer jeg ikke å spille sjakk lett. Det er «all in», og er jeg ikke opplagt, spiller jeg fryktelig dårlig. Da har jeg ikke energi til å sette den siste spikeren i kista. Da er det godt å koble av med noe helt annet. For meg var det fotballen. For Magnus Carlsen er det også mye fysisk og lek og moro. Basket, fotball, lek med ballen. Alt som kan bidra til å frigjøre sjakktanker fra hjernen.



» Likevel opplevde jeg flere ganger at fotballspillet var på sitt beste etter at jeg kom hjem fra slitsomme sjakkturneringer og kunne få løpe ut og boltre meg på fotballbanen.

SJAKKGLEDEN DET VIKTIGSTE

Simen Agdestein er lektor på Toppidrettsgymnaset på Bekkestua i Bærum. Der har han 12 elever på sjakklinjen. Han har trent Magnus Carlsen i 10 år fra han var ni. Magnus kom til toppidrettsgymnaset som 15 åring.

– Å se entusiasme og sjakkglede er det viktigste for meg nå. Greier jeg å bringe videre gleden ved sjakken, er noe vesentlig gjort. Og skal du bli en god sjakkspiller må du frivillig spille og trene fire-fem timer hver dag. Du må spille mest mulig – og når som helst og hvor som helst. Og du må like det. Sjakken er altoppslukende. Den tar deg med hud og hår.

– Skal du nå toppen så er ikke sjakk og alkohol noen god kombinasjon!



Historien gjentar seg...

Organisasjonssjef Knut Songve i Hordaland Idrettskrets har gode kort på hånden, når han hevder at utfordringene med idrett og alkohol ikke er av ny dato.



AV HARALD BRÅTHEN

Det er vel heller slik at historien gjentar seg, sier Knut Songve og henter frem fra hyllene sine kretsens utklippbøker der guldne ark fra slutten av 1940-tallet forteller at alkohol var et tema i idretten den gangen også.

Kunnskapsturneen «Idrett og alkohol» fikk en skoletime til disposisjon på Nord-Hordaland Folkehøgskule på Frekhaug utenfor Bergen. Den benyttet FMR-lederen Knut Reinås til å belyse problematikken rundt idrett og alkohol, mens svømmejenta Cecilie Waage Johannessen fortalte om livet i svømmesporten og forholdet til alkohol i denne idretten.

Hun fortalte blant annet om sine valg knyttet til alkohol, blant annet det at hun valgte å være edru-russ og hvordan alle bør være bevisst på sine holdninger, og hvordan de utøver et eventuelt drikkepress, om det er med vilje eller ikke.

– For meg er det ingen tvil: Idrett og alkohol hører ikke sammen! sier Cecilie Waage Johannessen.

JA, VI SKAL FEIRE – MED GOD MIDDAG OG KAKE

Sportsreporternes evindelige spørsmål «Nå skal det vel feires?», ble elegant besvart etter Maiken Caspersen Fallas gull-sprint i Lahti-VM.

Ja, nå skal vi spise en god middag – og så skal vi ha kake!, svarte mamma Falla.

HOCKEY-GUTTA FEIRET OL-KVALIFISERING MED PIZZA I GARDEROBEN

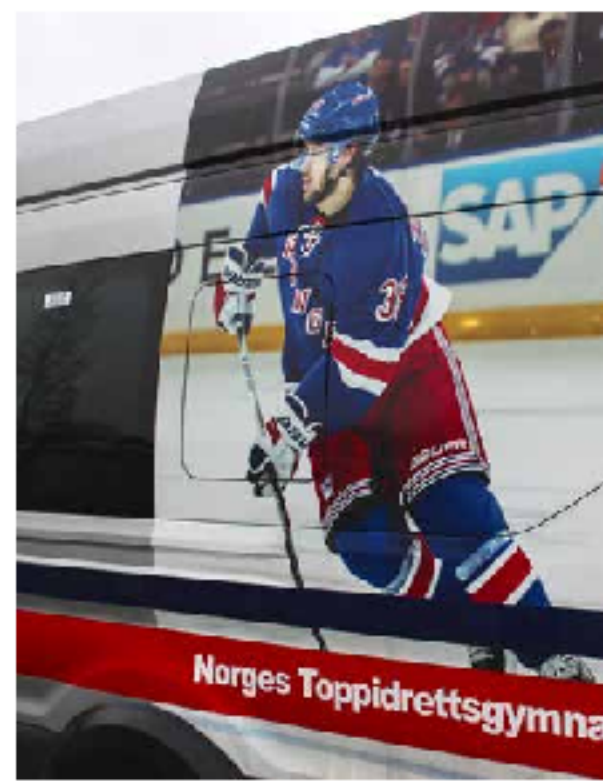
Da de norske hockeygutta sist høst sikret seg OL-deltagelse i Pyeongchang i Sør-Korea i 2018, var det med 2-1-seier over Frankrike i siste kamp. I Sør Korea venter tøff motstand for et hockeylag som deltar i sin tredje OL-turering på rad.

Hockey-laget som fra gammelt av hadde et heller tvilsomt rykte når det gjaldt utagerende feiring, er tydeligvis kommet inn i et fredeligere spor. Se bare hva landslagstreneren Petter Thoresen fortalte om en heller rolig feiring.

– Det ble litt pizza, og deretter kjørte alle hver til sitt. Det er en hektisk hverdag. Det ble rett og slett den indre gleden og kosen der og da på Jordal, før alle dro til sitt.



Alle skoleens 180 elever var invitert til en skoletime med tema «Idrett og alkohol», da FMR-lederen Knut Reinås og svømmejenta Cecilie Waage Johannessen besøkte Nord Hordaland Folkehøgskule på Frekhaug utenfor Bergen.



Maiken Caspersen Falla hadde grunn til å feire under Lahti-VM. Med kake.

Alle dro til sitt – inkludert Zucca (her fotografert på en av NTGs biler) som måtte hurtigst mulig til New York og kollegene i Rangers.

Tankevekkende kampanje

Idrett Uten Alkohol, som er en kampanje i regi av DNT-Edru Livsstil, vil spre sitt budskap der barn og unge samles for idrett, lek og mestring, sier prosjektleder for kampanjen, Gro Anette Fanebust.



AV MARIT BARENE

Ikke alle gleder seg like mye når høysesongen for cuper og idrettsarrangement står for døra. Idrett uten alkohol arbeider i disse dager med en ny kampanje rettet mot større idrettsarrangement for barn og unge. Kampanjen handler om at det er viktig med fristeder fra alkohol. Særlig for barn som har opplevd alkoholens skadevirkninger på nært hold.

– Vi tenker at noen soner bør være alkoholfrie, og at idretten absolutt bør være en av disse. Nesten hvert tiende barn i Norge har minst en forelder som sliter med alkohol. I et idrettslag vet en sjelden hvem disse barna er. Dersom foreldre, trenere eller andre voksne tar frem alkoholen på kvelden under en cup i sosialt samvær, kan det gjøre alle barn utrygge. Men spesielt de som i hverdagen opplever mye vondt som følge av alkoholproblematikk, sier prosjektleder for Idrett Uten Alkohol, Gro Anette Fanebust.



Gro Anette Fanebust, prosjektleder for Idrett uten alkohol.

» Gutten som fronter kampanjen er 11 år gamle Simen Leander Kittang fra Knarvik utenfor Bergen.



DRAHJELP FRA LAGENE

Idrett uten alkohol ønsker å nå ut til cup-arrangører, idrettslag og foreldre med en liten påminnelse om at arrangementene skal være barnas fristed. Kampanjen blir sluppet nå i vår, like før høysesongen for cuper og andre idrettsarrangement for barn og unge.

– Vi tror alle idrettslag vil kunne stille seg bak at disse idrettsarrangementene skal være en arena for barna, fri fra de voksnes alkoholvaner, sier Fanebust, som håper kampanjen blir en tankevekker.

For å nå ut til flest mulig får Idrett uten alkohol hjelp fra Edru Livsstil sine lokallag.

– Vi har utfordret hvert lokallag til å velge ett idrettsarrangement i sitt område der barn og unge samles til å fronte Idrett uten alkohol sin kampanje i 2017, forteller Fanebust.

Flere lokallag har allerede stilt seg positive og kampanjemateriell kan alle som ønsker å fronte kampanjen hente på IUA sine hjemmesider, www.idrettutenalkohol.no. Her finnes både bannere, plakater og materiell til sosiale medier som kan benyttes fritt.

BARNA FORTJENER EN FRIPLASS

Fanebust sier at tanken bak kampanjen er at «et bilde sier mer enn tusen ord».

– Når vi ser et trist barn skjer det noe med oss. Vi vil at barnet skal ha det bra, og begynner å tenke på hvordan vi kan hjelpe det, forklarer hun.

Gutten som fronter kampanjen er 11 år gamle Simen Leander Kittang fra Knarvik utenfor Bergen. Han er selv aktiv i idrettslag, og ble først usikker da han ble spurt om å fronte kampanjen.

– Jeg var først redd for noen skulle tro at mine foreldre drakk mye alkohol, siden det skulle være historien til gutten på bildet. Men så tenkte jeg på at de barna som faktisk opplever akkurat dette, fortjener en fri plass fra alkoholen, sier Simen Leander.

Alkohol – kutt ned – kutt ut?

FORBUNDET MOT RUSGIFT HAR GITT UT EN VEILEDER

- for deg som drikker lite alkohol
- for deg som har et uproblematisk forhold til alkohol
- for deg som er bekymret for noen annens alkoholbruk
- for deg som er bekymret for din egen alkoholbruk
- for deg som vil redusere ditt eget alkoholforbruk
- for deg som vil slutte med alkohol

HENSIKTEN MED VEILEDEREN

Hensikten er å skaffe tilveie et instrument for personer som har et høyt forbruk av alkohol, men som ønsker å gjøre noe med sin egen situasjon

– Vi har prøvd ut denne veilederen i flere kurs og har fått tilbake meldinger som tilsier at dette kan være nyttig for mange, sier forfatter av veilederen, Knut T. Reinås.

– Hensikten er å gi folk en mulighet til å gjøre noe med alkoholforbruket sitt, før de blir behandlingstrengende, sier han.

STØTTE OG HJELP

Her tar vi utgangspunkt i at intet menneske eksisterer uavhengig av andre. Dersom én har et alkoholproblem, så har partneren, barna, søsken, foreldre, venner, arbeidskamerater det også. Et vellykket forsøk på å kutte ned eller kutte ut alkoholen forutsetter derfor at den som skal gjennomføre dette, får støtte og hjelp fra pårørende, kolleger, venner.

Å gjennomføre et opplegg etter metodene/forslagene i dette heftet stiller derfor krav til flere sammen, og ikke bare til den som blir oppfattet å "ha problemet". Skal én i familien redusere sitt alkoholforbruk, blir det vanskelig dersom de andre fortsetter å ha det samme forholdet til alkohol som før, heter det i innledningen av heftet.

HVEM PASSER VEILEDEREN FOR?

Dersom du er interessert i å skaffe deg dette heftet, og tror at det kan hjelpe deg eller en annen i familien/omgangskretsen, da er du den rette til å bestille heftet, lese det og diskutere det med andre. Vær forberedt på at en omlegging av vaner og endring av innstillinger stiller krav til alle.



Heftet, som koster kr. 50, kan bestilles på vår nettside: www.fmr.no/materiell

Du kan også kontakte oss på epost, telefon eller sms hvis du vil kjøpe heftet.

FORBUNDET MOT RUSGIFT

Epost: post@fmr.no

Telefon: +47 940 08 830

www.fmr.no

HJELP OSS Å SPRE INFORMASJONEN OM DETTE TILBUDET VIDERE TIL KOLLEGER OG ANDRE SOM KAN TENKES Å VÆRE INTERESSERT I TEMAET.

Returadresse:
Forbundet Mot Rusgift
Postboks 6723 St. Olavs plass
0130 Oslo

B

NORGE



Bli medlem i Forbundet Mot Rusgift

Du kan støtte vårt viktige arbeide på flere måter.

1

MEDLEMSKAP

i Forbundet Mot Rusgift

- Medlemskap krever avhold fra alkohol og narkotika.
- Kontingent for medlem er **kr 300 pr år**.
- Er du skoleelev, student, arbeidssøkende, minstepensjonist eller uten vanlig inntekt, er kontingenten **kr 100 pr år**.
- Husstandsmedlem **kr 50 pr år**.
- Ungdomsmedlemsskap (til og med 18 år) **kr 50 pr år**.
- Medlemmer av FMR, vil få reduksjon i deltakeravgiften ved FMRs konferanser og kurs.



2

STØTTEMEDLEMSKAP

i Forbundet Mot Rusgift

- Personer som støtter FMRs formål og politikk er velkomne til å registrere seg som støttemedlemmer.
- Kontingent for støttemedlem er **kr 300 pr år**.
- Støttemedlemmer av FMR, vil få reduksjon i deltakeravgiften ved FMRs konferanser og kurs.

3

STØTTESPILLER

i Forbundet Mot Rusgift

- Bedrifter, organisasjoner, sammenslutninger og kommuner som støtter FMRs formål og politikk er velkomne til å registrere seg støttemedlemmer.
- Dere kan støtte Forbundet Mot Rusgift med **valgfritt beløp**.
- Støttespillere mottar også tidsskriftet Mot Rusgift.

Gå til www.fmr.no
og fyll ut innmeldings-
eller støttespillerskjema.

Du kan også kontakte oss på
epost, telefon eller sms hvis
du vil bli MEDLEM, STØTTE-
MEDLEM eller STØTTESPILLER:

Epost: post@fmr.no

Telefon: +47 940 08 830

NE: Medlemskap og støttemedlemskap er kr 50 for alle i innmeldingsåret.
Som medlem eller støttemedlem får du tilsendt Mot Rusgift – rusgiftpolitisk tidsskrift.

fmr.no