



Strategi
2021–2025

Innhold

Innledning	3
40 år med alkoholforebygging	4
En strategi for fremtiden	5
Situasjonsbeskrivelse:	6
Alkoholens rolle i Norge	6
Visjon	7
Hovedmål	7
Formål	7
Målgruppe	7
Tre hovedpilarer i Av-og-til sitt arbeid	8
Samarbeid og lokal iverksettelse	8
Kompetanse og informasjon	9
Kommunikasjon	9
Bærekraft	11
Hvilke temaer jobber Av-og-til med?	12
Folkehelse	13
Barn og unge	13
Båt- og sjøliv	14
Idrett	14
Ungdom og alkohol	15



Innledning

Akkurat nå sitter en gutt på skolen og gruer seg til å komme hjem. En mann går trappene opp til fastlegekontoret. En tenåringspappa får beskjed fra politiet om å hente sønnen. En fotballtrener ringer hjem til mammaen som aldri svarer, og en søster sørger over å ha mistet broren i en båtulykke.

Altfor mange i Norge får livet sitt preget av egen eller andres alkoholbruk. Av-og-til skal redusere de negative konsekvensene av alkoholbruk gjennom å engasjere, motivere og gjøre det enklere for folk å endre drikkevaner.

Vi er bunnsolide og troverdige. Vi baserer det vi sier, på forskning og erfaringskompetanse fra dem som har opplevd konsekvensene av alkoholbruk på kroppen. Vi snakker alltid sant.

Sannheten må også fortelles godt. Vi utfordrer oss selv på å bli enda tydeligere, enda bedre til å fortelle historier og enda bedre til å veilede folk til å endre alkovaner som ikke er bra for dem selv og dem rundt dem. Vi tar stadig i bruk nye virkemidler og kanaler for å formidle vårt budskap og snakker alltid på en måte som folk forstår. Vi er en tydelig stemme i samfunnsdebatten.

Vi samarbeider med frivilligheten, kommuner og myndigheter for å nå fleste mulig med budskapet om godt alkovett. Mange nordmenn bor i en Av-og-til-kommune der alkovett er en sentral del av folkehelsearbeidet.

Vår innsats nytter. Vi motiverer og engasjerer folk til endring. Alkovett er bra for deg, bedre for alle.

40 år med alkoholforebygging

Av-og-til ble etablert av de parlamentariske lederne på Stortinget i 1981 for å bidra til å redusere alkoholkonsumet. Oppdraget var å snakke til folk flest om konsekvenser av alkoholbruk. I dette står arbeidet for alkovett sentralt. Alkovett er å tenke gjennom om man skal drikke alkohol, og hvor mye man skal drikke i ulike situasjoner.

Bak Av-og-til står politiske partier, offentlige virksomheter og ideelle organisasjoner med til dels ulikt syn på alkohol. Av-og-til skal samle aktørene på tvers av politiske og andre skillelinjer.

Skadelig alkoholbruk fører til ulike uheldige sosiale, helsemessige og økonomiske konsekvenser både på individnivå og på befolkningsnivå. Derfor er det viktig å kommunisere om alkohol i samfunnet. Vi trenger å ha en reflektert holdning til noe som berører så mange, og som kan være skadelig.

Siden 1981 har Av-og-til vært en organisasjon i vekst med stadig flere medlemmer og samarbeidspartnere. Ved inngangen til ny strategiperiode har Av-og-til 49 medlemsorganisasjoner

og samarbeider med 50 kommuner om lokal alkoholforebygging. Kjennskapen til Av-og-til og begrepet alkovett har økt i perioden, og rundt 50 prosent av befolkningen kjenner til organisasjonen og arbeidet den står for.

Av-og-til har siden 1980-tallet vært en bred og samlende aktør på forebyggingsfeltet. Dette er en rolle og et ansvar Av-og-til fortsatt vil ivareta for å forebygge skadelige følger av uheldig alkoholbruk i et folkehelseperspektiv. Hensikten med denne strategien er å stake ut en helhetlig kurs for Av-og-tils arbeid.

En strategi for fremtiden

Alkohol er en av de viktigste risikofaktorene for sykdom og tidlig død i industrialiserte land. Alkoholbruk medfører en rekke skader og problemer, både for enkeltindivid, tredjepersoner og samfunnet ellers. Forebygging av alkoholskader er derfor høyt på den internasjonale agenda.

Norge har forpliktet seg til FNs bærekraftsmål nr. 3 om å sikre god helse og fremme livskvalitet for alle, uansett alder, og til internasjonale målsetninger om å redusere for tidlig død som følge av ikke-smittsomme sykdommer med 25 prosent innen 2025. Av-og-tils arbeid skal bidra til at vi når disse målene.

Denne strategien gir det overordnede rammeverket for hvordan Av-og-til skal jobbe i perioden 2021–2025. Strategien forteller hvordan Av-og-til skal jobbe for å bidra til at vi reduserer alkoholskader i samfunnet vårt, og den forteller hvilke områder som skal prioriteres i strategiperioden.

Målhierarkiet til Av-og-til er tredelt. I denne strategien fremgår samfunnsmål og effektmål for temaene Av-og-til skal jobbe med de neste fem årene.

Strategien brukes som utgangspunkt for årlige handlingsplaner som presiserer prioriteringer, nedslagsfelt og konkrete prosjektmål. Handlingsplanene for det enkelte kalenderår vedtas av årsmøtet året i forveien. Andre overordnede dokumenter som gir føringer for Av-og-til sitt virke, er Av-og-tils vedtekter.

Strategien og gjennomføringen av denne vil kunne bli påvirket av utenforliggende faktorer. Utviklingen på feltet, økonomiske rammer og andre faktorer vil kunne virke inn på prioriteringene.

Av-og-tils sekretariat skal bidra til å gjennomføre strategien på vegne av Av-og-til sitt styre og årsmøte.

Vedtatt av årsmøtet i september 2020 for perioden 2021–2025.

Situasjonsbeskrivelse:

Alkoholens rolle i Norge

Alkohol er en naturlig del av mange situasjoner i Norge, både til hverdag og fest. I løpet av de siste tiårene har alkohol blitt mer tilgjengelig, og flere opplever alkohol som en naturlig del av hverdagen. Alkoholnormen er sterk. Det er en forventning om at man skal drikke alkohol i ulike situasjoner, og det er vanskelig å takke nei til alkohol.

Den registrerte alkoholomsetningen i Norge steg jevnt fra 1990-tallet til 2008. Deretter har det vært en svak nedgang. I 2017 kjøpte nordmenn 5,94 liter ren alkohol per person. I tillegg kommer uregistrert omsetning og produksjon (tax-free, grensehandel, hjemmebrent og smugling), som er estimert til å være på 0,78 liter ren alkohol per person. Dette tilsvarer at vi i snitt drikker 450 flasker pils i løpet av året.

De fleste drikker alkohol. Folkehelseinstituttet anslår at 8 av 10 over 16 år har drukket alkohol siste året (2018). Årlig alkoholforbruk, særlig forbruket av vin og øl, øker jo høyere utdannelse og inntekt man har. Folk i byer drikker mer enn folk på landet. Alkoholforbruket er særlig høyt i osloregionen.

Det er litt færre kvinner enn menn som drikker. Menn drikker også mer enn kvinner gjør, og de drikker seg oftere beruset. Beruselse og fyll er vanligst blant de yngre, og jevnlig, mer forsiktig drikking er mer utbredt blant de eldre. En stadig større andel av de eldste i befolkningen drikker alkohol.

Overdreven bruk av alkohol er en stor utfordring i Norge. Det er anerkjent at alkohol er det rusmidlet som i et folkehelseperspektiv totalt sett fører til mest skade.

Det er ikke slik at stordrikkene forårsaker eller opplever det meste av samfunnets skader og problemer knyttet til uheldig alkoholbruk. De fleste av de alkoholrelaterte skadene går ut over flertallet som drikker en gang iblant. Alkoholproblemer og mentale helseproblemer virker inn på hverandre og forsterker hverandre. Alkohol er også en av de viktigste risikofaktorene for en rekke alvorlige sykdommer, og helseforskningen blir stadig tydeligere på at selv moderat alkoholkonsum har negativ innvirkning på helsen til den som drikker.

I tillegg rammer alkoholbruk også dem som er nært på noen som drikker for mye alkohol. Alkoholrelaterte skader og problemer påført andre enn den som drikker, såkalt passiv drikking, er omfattende enten det gjelder vold, ulykker, fosterskader, omsorgssvikt eller utrygghet.

Visjon

Et samfunn med godt alkovett

Hovedmål

Redusere negative konsekvenser av alkoholbruk

Formål

Av-og-til er en ideell organisasjon som jobber for bedre alkovett. Gjennom forebyggende arbeid skal vi bidra til å redusere de negative konsekvensene alkoholbruk har i samfunnet.

Målgruppe

Av-og-til har alle som drikker alkohol, som målgruppe i sitt arbeid.

For å oppnå effektiv og målrettet forebygging er det nødvendig å prioritere spesifikke målgrupper i de ulike temaområdene Av-og-til jobber med.

I denne strategiperioden har Av-og-til to hovedprioriteringer, som påvirker hvilke målgrupper vi forsøker å nå:

1. Alkoholbruk rundt barn og unge. Dermed vil Av-og-til spesielt rette forebyggingsarbeidet mot foreldre og besteforeldre for å unngå at de skaper ubehagelige situasjoner for barn og unge.
2. Helseeffekter av alkoholbruk. Det er et kunnskapshull i befolkningen knyttet til sammenhengen mellom moderat alkoholbruk og psykisk og fysisk helse. I løpet av strategiperioden er det spesielt viktig å nå menn, unge voksne og eldre i dette arbeidet.

Tre hovedpilarer i Av-og-til sitt arbeid

Av-og-til sitt arbeid består av tre hovedpilarer, og disse er de sentrale virkemidlene for å nå målsettingene i denne strategien:

- Samarbeid og lokal iverksettelse
- Kompetanse
- Kommunikasjon

Disse tre pilarene er alle essensielle for å drive god primærforebygging og et effektivt kampanjearbeid.

Samarbeid og lokal iverksettelse

Av-og-til skal være en samlende aktør som tilrettelegger for at organisasjoner, offentlige virksomheter og enkeltpersoner kan være med og formidle budskapet om godt alkovett. Av-og-til skal samarbeide spesielt med aktører som ikke jobber med rusforebygging, for å nå ut til flest mulig.

Av-og-til har i samarbeid med kompetansesentrene for rus utviklet en egen metode for lokaltilpasset alkoholforebygging der det samarbeides tett og målrettet med kommuner. Samarbeid med kommuner om primærforebygging er høyt prioritert i denne strategiperioden.

Av-og-til skal

- tilrettelegge for holdningsskapende arbeid og for aktiv deltagelse for frivillige organisasjoner og offentlige virksomheter
- videreutvikle det kommunale samarbeidet ved å øke antall samarbeidskommuner og tilrettelegge for god lokaltilpasset alkoholforebygging
- integrere alkoholforebygging i det lokale folkehelsearbeidet og tilrettelegge for at kommunale tjenester inkluderer informasjon om alkoholskader og alkovett i sitt møte med innbyggerne i kommunen

Kompetanse og informasjon

Av-og-til skal basere all sin virksomhet på oppdatert kunnskap om alkoholskader, drikkemønstre og effektiv virkemiddelbruk i folkehelsearbeidet.

Av-og-til skal samarbeide med relevante forsknings- og kompetansemiljøer og følge med på forbrukertrender, teknologisk utvikling og andre endringer som vil påvirke rammene for Av-og-tils arbeid.

Av-og-til skal sikre at kunnskap om de negative konsekvensene av alkoholbruk når ut til den norske befolkningen.

Av-og-til skal

- være faglig oppdatert på alkohol- og forebyggingsfeltet
- være en referanseorganisasjon på feltet, herunder være grundig og effektiv i besvarelse av forespørsler fra samarbeidsparter, medier og andre aktører
- sikre at befolkningen har kunnskapen de trenger for å ta gode valg for seg selv og helsen sin, gjennom å gjøre kunnskap og forskning om alkohol mer tilgjengelig, forståelig og relevant

Kommunikasjon

Av-og-til skal kommunisere på en måte som motiverer, engasjerer og gjør det lettere for folk å endre alkoholvaner. Budskapet om alkohvett skal være synlig i ulike kommunikasjonskanaler, og Av-og-til skal være aktivt til stede på ulike digitale plattformer og følge utviklingen i sosiale medier tett.

Av-og-til skal ta tydelig standpunkt i saker som er viktig for målgruppen, og kommunisere på en måte som understreker samfunnsoppdraget og samfunnsansvaret vårt. Av-og-til skal gå foran i arbeidet med å inkludere ny teknologi og nye digitale løsninger i kommunikasjonsarbeidet.

Av-og-til skal

- bruke de til enhver tid mest effektive kanalene for å nå folk flest og komme tettest mulig på det øyeblikket da folk bestemmer seg for om de skal drikke, og hvor mye de skal drikke
- være en del av løsningen for folk ved å utvikle verktøy; verktøyene skal gjøre det lettere for folk å bli bevisst på egne alkoholvaner og lettere å endre et drikkemønster som er til skade for dem selv eller andre
- fremheve det positive ved å ha et kontrollert alkoholkonsum, f.eks. en trygg barndom, god helse og muligheten til å bytte ut alkohol med det store utvalget alkoholfrie drikkevarer på markedet
- være gjennomslagskraftige og innovative i sosiale og digitale medier og tydelig til stede i mediebildet nasjonalt, regionalt og lokalt



Bærekraft

Norge har forpliktet seg til FNs bærekraftsmål om å utrydde fattigdom, bekjempe ulikhet og stoppe klimaendringene innen 2030.

Av-og-til skal gjennom sin virksomhet bidra til at Norge når sine forpliktelser til bærekraftsmål nr. 3: Sikre god helse og fremme livskvalitet for alle, uansett alder.

Av-og-til skal spesielt bidra til følgende tre undermål:

- 3.4) Innen 2030 redusere prematur dødelighet forårsaket av ikke-smittsomme sykdommer med en tredel gjennom forebygging og behandling, og fremme mental helse og livskvalitet.
- 3.5) Styrke forebygging og behandling av misbruk, blant annet av narkotiske stoffer og skadelig bruk av alkohol.
- 3.6) Innen 2020 halvere antall dødsfall og skader i verden forårsaket av trafikkulykker.

Dette fremgår av prioriteringene Av-og-til gjør, og hvordan organisasjonen jobber med de prioriterte temaområdene.

Måten Av-og-til løser sitt oppdrag på, kan ha negativ innvirkning på bærekraftmålene gjennom for eksempel produksjon og distribusjon av materiell og gjennom arbeidsvilkårene til dem som løser oppdrag på vegne av organisasjonen.

Av-og-til skal løse sitt oppdrag på en slik måte at det ikke får negative konsekvenser for

- Mål 8: «Beskytte arbeiderrettigheter og fremme et trygt og sikkert arbeidsmiljø for alle arbeidstakere»

og

- Mål 12: «Sikre bærekraftig forbruks- og produksjonsmønstre: Bærekraftig forbruk og produksjon handler om å gjøre mer med mindre ressurser» og «Innen 2030 betydelig redusere avfallsmengden gjennom forbud, reduksjon, gjenvinning og ombruk».

I tillegg skal Av-og-tils pilar «Samarbeid og lokal iverksettelse» løses på en slik måte at det bidrar til bærekraftsmål nummer 17: «Samarbeid for å nå målene». Av-og-til skal fremme samhandling mellom myndigheter, næringslivet og sivilsamfunnet.

Hvilke temaer jobber Av-og-til med?

For å nå det overordnede målet om å redusere negative konsekvenser av alkoholbruk skal Av-og-til delta i den offentlige samtalen om alkohol og folkehelse. Av-og-til skal være en bidragsyter i de debattene som til enhver tid går om alkohol i samfunnet vårt. Det kan for eksempel være knyttet til alkoholbruk i arbeidslivet, promillekjøring og bekymringer knyttet til at noen velger å drikke alkohol når de er gravide.

Alkovett

Av-og-til har som mål å få alle til å bruke alkovett. Alkovett er å ha et bevisst forhold til egen alkoholbruk. Noen ganger betyr det å avstå helt fra alkohol, for eksempel når man kjører bil eller er gravid. Andre ganger handler det om å tenke gjennom om man vil drikke, og hvor mye man vil drikke, for eksempel når man feirer jul med barn eller spiser middag med gode venner.

Alkovett skal gjennomsyre alt forebyggingsarbeid i Av-og-til.

Prioriterte temaer

Av-og-til har følgende satsningsområder:

- Folkehelse
- Barn og unge
- Båt- og sjøliv
- Idrett
- Ungdom og alkohol

Områdene er valgt ut fra tre kriterier:

- 1) Hvor store negative konsekvenser alkoholbruk i situasjonen har, og hvor mange som rammes
- 2) Hvor stor rolle temaet har i primærforebygging lokalt og nasjonalt
- 3) Hvor viktig Av-og-tils bidrag er for å oppnå resultater på området.

Folkehelse

Samfunns mål:

Den norske befolkningen skal ha et trygt drikkemønster, og de skal kjenne til hvordan alkoholbruk påvirker helsen.

Bakgrunn:

Helsekonsekvensene av alkoholbruk er store. Det er sammenheng mellom alkoholbruk og en rekke ulike fysiske sykdommer. I tillegg påvirker alkoholen den psykiske helsen negativt.

Befolkningen kjenner i liten grad til disse helsekonsekvensene og tar derfor lite opplyste valg for helsen sin.

Av-og-til skal bruke sine egne kanaler for å sette folk i stand til å ta opplyste og gode valg for helsen sin; gjennom www.avogtil.no og ulike digitale verktøy, og lokalt gjennom primærhelsetjenesten. I tillegg skal det gjennomføres større, nasjonale kampanjer årlig.

Effekt mål:

- Folk drikker mindre, både i mengde og frekvens
- Befolkningen er bevisst på de negative konsekvensene alkoholbruk har for fysisk og psykisk helse på kort og lang sikt
- Alkovett er kjent som en personlig strategi for alkoholbruk

Barn og unge

Samfunns mål:

Barn og unge skal ha gode oppvekstvilkår og møte trygge, tilstedeværende voksne.

Bakgrunn:

Folkehelseinstituttet anslår at 90 000 barn vokser opp i et hjem der mamma eller pappa drikker for mye alkohol. For dem er alkohol en stor trussel mot en trygg barndom. Men negative konsekvenser av alkohol rammer mange flere barn enn dette. Det drikkes ofte alkohol i situasjoner der barn er til stede. Ferier og høytider er særlige risikosituasjoner.

Barn er avhengig av trygge voksne og kan reagere negativt når omsorgspersoner endrer seg. Voksne er ikke klar over hvor lite alkohol som skal til før barna merker forskjell og blir utrygge.

Av-og-til skal kjøre store nasjonale kampanjer om dette hvert år i strategiperioden. Kampanjene skal knyttes opp mot risikosituasjonene, men i tillegg skal drikking rundt barn og unge være en del av Av-og-tils løpende arbeid. Barn og unge skal prioriteres i det primærforebyggende arbeidet i Av-og-tils samarbeidskommuner.

Effekt mål:

- Voksne, spesielt foreldre og besteforeldre, drikker mindre alkohol når de er sammen med barn og unge
- Voksne kjenner til og er klar over de negative konsekvensene alkoholbruk kan ha i situasjoner som berører barn og unge

Båt- og sjøliv

Samfunns mål:

Det skal være trygt for både barn og voksne å ferdes på sjøen og nyte båtlivet.

Bakgrunn:

Mange nordmenn bruker betydelige deler av ferie og fritid til båtliv og sjøliv. Men når sjølivet kombineres med alkohol, innebærer det også en risiko. Alkohol gjør deg til en dårligere båtfører, og faren for å drukne dersom du faller i vannet, øker.

Alkohol er en medvirkende årsak til mange båtulykker og drukninger. Omtrent én av fem som drukner fra fritidsbåt, har promille.

Av-og-til samarbeider med aktørene på fritidsbåtfeltet om en årlig kampanje knyttet til viktigheten av edru båtføring. Kampanjen skal være synlig på alle arenaer der båtfolk ferdes.

Effekt mål:

- Færre ulykker knyttet til alkoholbruk på sjøen
- Befolkningen har kunnskap om konsekvensene alkoholbruk har for sikkerhet i maritime situasjoner

Idrett

Samfunns mål:

Barn og unge skal møte trygge idrettsmiljøer og et støtteapparat som fanger dem opp dersom de trenger det.

Bakgrunn:

De aller fleste barn er innom organisert idrett i løpet av oppveksten sin. Idretten er viktig for alle barn, men spesielt viktig for de barna som vokser opp i hjem med alkoholmisbruk. Deltakelse i idrett er viktig fordi det gir disse barna et friminutt fra det vonde som skjer hjemme, samtidig som idretten er en unik arena for å fange opp og hjelpe barn som har det vanskelig.

Norges idrettsforbund har tydelige retningslinjer om at barneidretten skal være alkoholfri. Likevel er det mange klubber som sliter med alkohol i gråsoner knyttet til barneidretten, og dette skaper utrygghet for barn og unge.

Av-og-til skal sammen med Idrettsforbundet og særforbund sette klubber i stand til å håndtere alkohol på en restriktiv og gjennomtenkt måte og sette trenere, lagledere og andre i støtteapparatet i stand til å fange opp barn som har det vanskelig.

Effekt mål:

- Redusert alkoholbruk i forbindelse med barneidrett og idrettsarrangementer
- Klubber i Norge har en alkoholpolicy som brukes aktivt i klubbene
- Støtteapparatet i idretten vet hva de skal gjøre dersom de er bekymret for et barn

Ungdom og alkohol

Samfunns mål:

Barn og unge skal oppleve en trygg og god ungdomstid.

Bakgrunn:

Mange unge opplever at å eksperimentere med alkohol er en naturlig del av overgangen fra barn til voksen. Ungdomsfylla er farlig. Alkohol øker risikoen for ulykker, vold og overgrep og er inngangen til å teste også andre rusmidler. Russetiden har utviklet seg til å bli en særlig risikosituasjon og en katalysator for drikking fra tiende klasse og ut videregående.

Foreldre er de viktigste forebyggerne vi har. Ungdom med foreldre som setter tydelige grenser, debuterer senere med alkohol og drikker mer forsiktig enn sine jevnaldrende.

Av-og-til skal sette foreldre i stand til å være trygge voksne for ungdommen i en turbulent tid. Organisasjonen skal nå ut til skoler og foreldre gjennom samarbeidet med kommunene og skape oppmerksomhet rundt ungdomsdrikking og foreldrenes rolle i samfunnsdebatten.

Effekt mål:

- Utsatt alkoholdebut i Norge
- Foreldre setter tydelige grenser for ungdommens bruk av alkohol og andre rusmidler
- Russetid i kontrollerte former uten vold, overgrep, ulykker og andre utfordringer knyttet til rusbruk





Av.og.til

Torggata 1, 0181 Oslo

telefon: 23 21 45 30

e-post: avogtil@avogtil.no

www.avogtil.no