



# Alkovett – en del av det lokale folkehelsearbeidet

Bli en Av-og-til kommune og få ekstra ressurser til å drive alkoholforebygging!

## Visste du at...

- **90.000 barn** har en mamma eller pappa som drikker for mye? Alkohol rammer ikke bare dem som drikker, men også pårørende.
- **Hver fjerde 10. klassing** har vært beruset det siste året? Ungdom og alkohol kan være en farlig kombinasjon.
- **14.000 kjøreturer** gjennomføres i alkoholrus hver eneste dag?
- **2 av 10 nordmenn** drikker på en måte som kan skade en selv eller andre?
- Alkohol øker risikoen for mer enn **200 sykdommer?** Blant dem er flere typer kreft, hjerte-problemer, demens, angst og depresjon.



### Alkoholforebygging – en viktig kommunal oppgave

Alkohol er det rusmiddelet som forårsaker mest helseskade i Norge. Oslo Economics har beregnet at alkoholbruk koster samfunnet opp mot 100 milliarder kroner i året gjennom tapt helse og livskvalitet, sykefravær og kostnader til helse- og velferdstjenester. Samfunnet har derfor mye å tjene på å forebygge skadelig alkoholbruk.

Det er i kommunene folk bor, det er her de lever livene sine, og det er her forebyggingsarbeidet må skje. Alkoholforebygging har en naturlig plass i det lokale folkehelsearbeidet og kommunens arbeid med å sikre gode oppvekstmiljøer. Folkehelseloven er kommunene forpliktet til å legge til rette for god folkehelse gjennom planarbeid, mål, strategier og iverksetting av nødvendige tiltak.

Ifølge nasjonal alkoholstrategi for 2021 – 2025 skal norske kommuner: *”føre en ansvarlig alkoholpolitikk og tilrettelegge for at alkoholloven etterleves. Kommunenes arbeid med alkohol- og rusmiddelforebygging skal ikke avgrenses til alkohollovens virkemidler. En fellesnevner for vellykkede lokalsamfunnsprosjekter er at de gjerne tar i bruk flere typer av virkemidler på lokalt nivå.”*

Alkohol er også trukket frem som eget temaområde for lokalt folkehelsearbeid i veiviser for kommunen for lokale folkehelse tiltak.



Ingunn Foss, Høyre

*Folkehelseloven gir kommunene ansvaret for alkoholforebygging lokalt. Av-og-til bidrar med engasjement og praktisk støtte i dette arbeidet, og har gjennom 20 år utviklet et bredt tilbud og en velutprøvd metode som kommunen kan benytte seg av. Jeg vil anbefale alle kommuner som vil jobbe aktivt med folkehelse å bli med i Av-og-til-samarbeidet.*

## Om Av-og-til

Organisasjonen Av-og-til tilbyr en forebyggingsmetode som tilpasses kommunens behov, ønsker og ideer. Kommunen får **gratis** hjelp til å jobbe med alkoholforebygging lokalt.

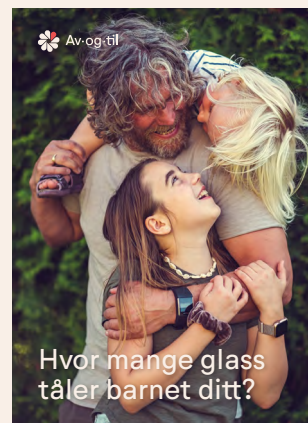
Av-og-til samarbeider med hele 57 kommuner om god folkehelse og godt alkovett lokalt for å bidra til å redusere de negative følgene av alkoholbruk i samfunnet og gjøre hverdagen tryggere for alle. Over 1,1 millioner nordmenn bor allerede i en Av-og-til kommune. I 2023 har Av-og-tils kommunesamarbeid 20 års-jubileum, og vi **inviterer nå flere kommuner inn i samarbeidet.**

Vi jobber sammen for at flest mulig skal ha et bevisst forhold til alkohol. **Alkovett** handler om å ha et reflektert forhold til alkoholvanene sine, og om å tenke gjennom om man skal drikke og hvor mye man skal drikke i ulike situasjoner.

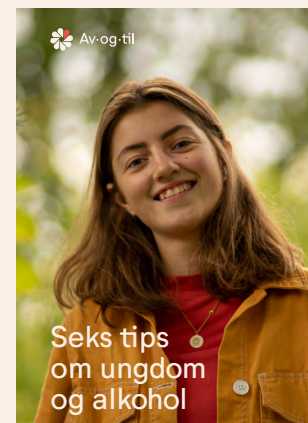
### Våre satsningsområder

- [Folkehelse](#)
- [Barn og unge](#)
- [Båt- og badeliv](#)
- [Ungdom og alkohol](#)
- [Idrett](#)

Vi er og aktive innenfor temaer som [trafikk](#) og [arbeidsliv](#).



Hvor mange glass tåler barnet ditt?



Seks tips om ungdom og alkohol



Dette er sammenhengen mellom alkohol og kreft



Hold på de gode alkoholfrie kjørevanene i sommer!



Gi barnet ditt den aller beste starten det kan få. Tenk over hvor mye du drikker.

Utvalg av brosjyrer og plakater som kommunene kan bestille

Av-og-til er finansiert via Helsedirektoratet, blant annet for å bistå norske kommuner med alkoholforebygging. Bak Av-og-til står bredden av det frivillige Norge. 48 organisasjoner er medlemmer, blant annet frivillige organisasjoner, politiske partier og organisasjoner på rus- og forebyggingsfeltet.

Av-og-til samler ulike samfunnsaktører på tvers av politiske og andre skillelinjer, og samarbeider med ulike fagmiljøer. Organisasjonen ble etablert på Stortinget under navnet Alkokutt og har siden 1980-tallet vært en bred og samlende aktør på forebyggingsfeltet.

Les mer på [avogtil.no](http://avogtil.no)

# Av-og-til i kommune-Norge

I kommunesamarbeidet tilrettelegger Av-og-til for at kommunen kan nå ut med relevant informasjon til ulike målgrupper i befolkningen. Samarbeidet består av en kombinasjon av tiltak.

## 1. Løpende arbeid

Noe av dette iverksetter Av-og-til automatisk på vegne av kommunen, mens noe legger kommunen inn som en lokal rutine. Eksempler kan være:

- Digitale annonser rettet mot kommunens innbyggere på aktuelle temaer. Annonseringen iverksettes av Av-og-til etter avtale og uten ekstra ressurs- bruk i kommunen.
- Innlemmelse i nasjonal spørre undersøkelse om alkoholvaner. Gjennomføres av Isos på vegne av Av-og-til, og inkluderer befolkningen i Av-og-til-kommunene. Spørreundersøkelsen iverksettes uten ekstra ressurs- bruk i kommunen.
- Digitalt og fysisk materiell for dialog med kommunens innbyggere. Et bredt utvalg av materiell som kommunen kan tilgjengeliggjøre på helsestasjon, i barnehage, på fastlegekontoret, i eldreomsorgen og andre steder der befolkningen ferdes.

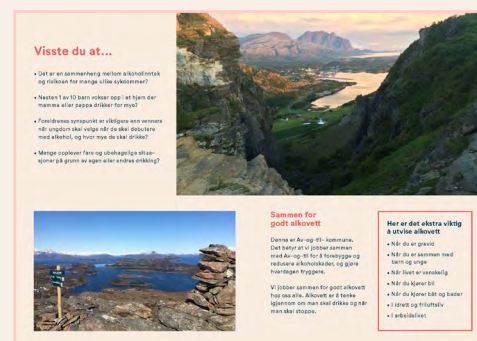
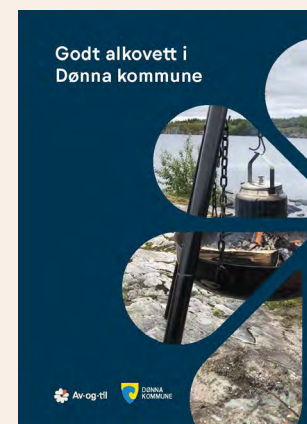
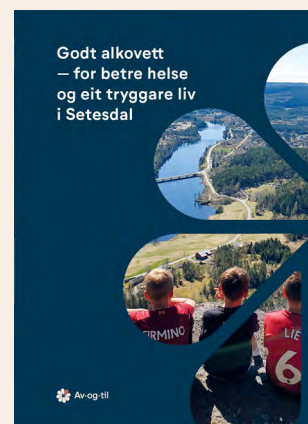
- Ferdige foredrag og utstyr til foreldremøter på skolen. Dette kan kommunen bruke til å starte refleksjon og diskusjoner i foreldregruppa om ungdom, alkohol og foreldrerollen

## 2. Nasjonale holdningskampanjer

Hvert år gjennomfører Av-og-til store kampanjer som belyser ulike problemstillinger rundt alkohol. Som samarbeidskommune får dere tilbud om og ressurser til å løfte tema på lokalt nivå. Når lokale og nasjonale aktiviteter gjennomføres samtidig blir effekten og gjennomslagskraften større!

## 3. Bistand

Vi er tilgjengelig for kommunen dersom det skulle oppstå spesifikke utfordringer lokalt. Det kan for eksempel være knyttet til ungdomsfester, promillekjøring eller annet. Som samarbeidskommune blir dere også en del av et kommunenettverk som kan hjelpe og inspirere hverandre i forebyggingsarbeidet.



Utvalg av brosjyrer fra Av-og-til kommunene



Jon Sanness-Andersen, ordfører i Færder kommune

Jeg er stolt over å være ordfører i en Av-og-til kommune. Det er fælt å tenke på at 90 000 barn vokser opp i hjem hvor det drikkes for mye alkohol – det er mange små mennesker som går med en klump i magen. For Færder som en stor øy- og feriekommune så er det også veldig viktig å ha fokus på at båtliv og alkohol ikke hører sammen.

”



Siri Merete Alfheim,  
SLT-koordinator i  
Karmøy kommune

*Jeg var i utgangspunktet skeptisk til enda et forebyggende tiltak da det ble bestemt at Karmøy skulle bli en Av-og-til kommune, men der tok jeg grundig feil! De tilrettelegger for felles systematisk rusforebyggende arbeid for kommunene rettet mot ulike målgrupper. De er serviceinnstilte, løsningsorienterte og det rusforebyggende arbeidet treffer. Jeg kan virkelig anbefale samarbeid med Av-og-til.*

## Hvilke muligheter får man som Av-og-til-kommune?

Av-og-til tilbyr hjelp og faglig påfyll slik at kommunene kan få mest mulig ut av sin innsats. Dette innebærer blant annet:

- Omfattende materiell til bruk på helsestasjon, legekantor, skoler, seniorsentre og andre møteplasser i kommunen.
- Forslag til kommunikasjonsstiltak og bistand til å snakke med innbyggerne om alkovett. Enten det er direkte til befolkningen, i tradisjonell presse eller i sosiale medier.
- Kunnskap og informasjon om alkovett, alkoholforebygging og rusfaglige forhold.
- Deltakelse i nasjonale holdningskampanjer.
- Rådgivning i forbindelse med kommunens vurdering av salgs- og skjenkesøknader.
- Erfaringsutveksling og opplæring på vår årlige nasjonale 2-dagers konferanse.
- Et nettverk av samarbeidskommuner, med nyttige sparringspartnere om lokale forhold og mulighet til samarbeid.

Av-og-til-kommuner har tilgang til en nettportal med relevant informasjon for kommunens forebyggingsarbeid. Der er det også tilgang til bestilling av gratis materiell og nedlastning av digitale ressurser. Siden vi tilpasser samarbeidet den enkelte kommune og kommunens behov, er det en rekke ulike samarbeidsformer og tilbud. Les mer her:

[Introduksjonsark tema barn](#)  
[Introduksjonsark tema ungdom](#)  
[Introduksjonsark tema helse](#)

[Introduksjonsark tema båt](#)  
[Introduksjonsark tema idrett](#)

## Praktisk organisering

Av-og-til-kommuner organiserer sitt arbeid på ulike måter etter lokale ønsker, men alle kommuner må ha en **Av-og-til-koordinator** som også er hovedkontakten til Av-og-til. Dette er gjerne folkehelsekoordinator eller SLT-koordinator. Vervet kan også legges til andre stillinger sentralt i kommunens forebyggingsarbeid som har god mulighet til lokal nettverksbygging.

Av-og-til-koordinatoren har en samkjørende og utadvendt funksjon. Koordinatoren søker samarbeid og kan etablere arbeidsgrupper for prioriterte innsatsområder, har ansvaret for utarbeidelse og gjennomføring av lokale planer, og er talsperson på vegne av kommunen i lokalmedia dersom ikke annet er ønsket.

### Forankring og gjennomføring

Det kan også være hensiktsmessig å invitere aktører i kommunen med i en styringsgruppe som Av-og-til-koordinatoren kan samarbeide med. Det kan være andre representanter fra kommunen, Idrettsrådet, politi, politikere eller lokalt næringsliv. Det gir større kontaktflate til lokalmiljøet og kan skape synergieffekt av arbeidet.

Samarbeidet forankres lokalt gjennom politisk beslutning og samarbeidsavtale, og innlemmes på sikt i kommunens planverk, som Rusmiddelpolitisk handlingsplan eller Folkehelseplan. Samarbeidet legger til rette for blant annet allmennforebyggende tiltak som holdningsskapende arbeid, undervisning, lokale kampanjer og en lokal alkoholpolitikk med fokus på gode rammer for lokalmiljøet.

### Todelt ansvar

Samarbeidet er gratis for kommunen. Man kan se på det som et spleiselag der vi tilrettelegger og tilpasser for lokal aktivitet og gir faglige råd, mens kommunen er den lokale iverksetteren. De som jobber med forebygging i Av-og-til-kommunene sier de har fått verktøy som gir en enklere og mer effektiv tilnærming til primærforebygging i en hektisk arbeidshverdag.

## Av-og-tils metode er evaluert

Av-og-tils kommunesamarbeid er utviklet i samarbeid med kompetansesentrene på rusfeltet, KORUS, og er forankret i forskning på forebygging og lokalsamfunn. Modellen bygger på erfaringer fra lignende prosjekter i USA og Finland.

Kommunesamarbeidet har blitt evaluert av Universitetet i Tromsø. Et viktig funn var at kommunene gjennom Av-og-til fikk en god kommunikasjonsplattform når det gjelder alkoholproblematikk. Den gjør det mulig å kommunisere direkte med befolkningen i kommunen gjennom kampanjeaktiviteter. I tillegg er den et viktig fundament når de langsiktige planene for kommunenes forebyggende arbeid og alkoholpolitikk skal legges og den kan utgjøre en del av kriteriene når kommunale skjenkebevillinger skal gis eller avslås.

Av-og-til-samarbeidet kan styrke og gi legitimitet til to av de mest sentrale alkoholpolitiske virkemidlene, nemlig de regulative virkemidlene høye priser/avgifter på alkohol og begrenset tilgjengelighet.



Marianne Gustavsson,  
ruskonsulent i Melhus  
Kommune

*Melhus kommune har vært en Av-og-til-kommune i fire år nå, og det er et samarbeid vi setter stor pris på. Tilgang på oppdatert fagkunnskap om alkohol, kampanjemateriell og ikke minst muligheten til å få informasjon og materiell tilpasset og tilrettelagt for akkurat Melhus kommune har vært veldig nyttig. At samarbeidet er gratis for kommunen er selvfølgelig også et stort pluss.*

# Bli en Av-og-til-kommune!

Av-og-til arbeider for godt alkovett og har oppnådd gode resultater ved et tett samarbeid med kommuner. Nå ønsker vi å invitere din kommune til å bli med i samarbeidet og skape gode holdninger.



Ønsker du å vite mer om Av-og-til og kommunesamarbeidet? Ta kontakt med Marte Sletten, rådgiver i Av-og-til med ansvar for kommunesamarbeid:



**Marte Sletten**

E-post: [marte@avogtil.no](mailto:marte@avogtil.no)

Mobil: 950 81 909

Les mer: [avogtil.no/kommunesamarbeid](https://avogtil.no/kommunesamarbeid)

