


Sammen om forebygging!

I 2022 og 2023



A man in a dark suit and tie is running through a store aisle. He is looking back over his shoulder with a concerned expression. The aisle is lined with shelves of various products, and the lighting is dim and blue-tinted. The camera is slightly shaky, suggesting a fast-paced action scene.

Oh, oh

Av-og-til

Alkovett og forebygging
siden 1981

Fremdeles en bred allianse

Redusere negative
konsekvenser av
alkoholbruk



Hvorfor fortsatt

alkoholforebygging og alkovett?



90.000 barn vokser opp
med en mamma eller
pappa som drikker for mye

90.000 barn



Alkohol øker risikoen for
over 200 sykdommer



13 prosent av oss har et
risikofylt alkoholkonsum

90.000 barn

200 sykdommer



14.000 kjøreturer
gjennomføres i alkoholrus
hver dag

90.000 barn

200 sykdommer

13% har et risikofylt konsum



1 av 4 tiendeklassinger har vært beruset siste året

90.000 barn

200 sykdommer

13% har et risikofylt konsum

14.000 kjøreturer



Koster samfunnet over
100 milliarder kroner i året

90.000 barn

200 sykdommer

13% har et risikofylt konsum

14.000 kjøreturer

1/4 tiendeklassinger



For å nevne noe

90.000 barn

200 sykdommer


13% har et risikofylt konsum

14.000 kjøreturer

1/4 tiendeklassinger

100 milliarder kroner

Hva er det vi
forebygger?



«Jeg har det ekstremt bra selv om jeg lever med et usynlig handikap, og i perioder trenger hjelp til å komme meg igjennom dem.»

A woman with long, straight blonde hair is sitting in a bright orange armchair. She is wearing a white button-down shirt and a gold necklace with a circular pendant. The background is a modern interior with a large window, a blue armchair, a wooden side table, and a lamp with a beige shade. A large green plant is visible on the right side of the frame.

Vi har alle hørt noen si

Og det har også
en prislapp

Forebygging lønner seg

13 milliarder
i sykefravær og
reduert
produktivitet

77 milliarder
i tapt helse og
livskvalitet

4 milliarder
til ressursbruk i
andre sektorer

7 milliarder
til kostnader i
helse- og
omsorgstjenesten





En ressurs også i de lokale
diskusjonene

Rapporten finner du på avogtil.no



Samfunnskostnader ved alkoholbruk

Gjennomført på oppdrag fra Actis, Blå Kors og Av-og-til



Av-og-tils
kommunesamarbeid
er forebygging satt i
system

”

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!

Siri Merete Alfheim, SLT-koordinator i Karmøy kommune

Kommunesamarbeidet foregår på tre måter:

1. Løpende forebyggende arbeid lokalt
2. Kampanjer og aksjoner
3. Spesifikke lokale tiltak



Hvilke muligheter ligger i samarbeidet?

- **Omfattende materiell** til bruk på helsestasjon, legekontor, skoler, seniorsentre og andre møteplasser
- **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
- **Deltagelse i nasjonale holdningskampanjer**
- **Rådgivning** i forbindelse med kommunens vurdering av salgs- og skjenkesøknader.
- **Et nettverk av samarbeidskommuner**, med nyttige sparringspartnere om lokale forhold og mulighet til samarbeid
- **Erfaringsutveksling og opplæring**, bl.a. på 2-dagers konferanse





20 år!

57

kommuner

1 170 000
innbyggere

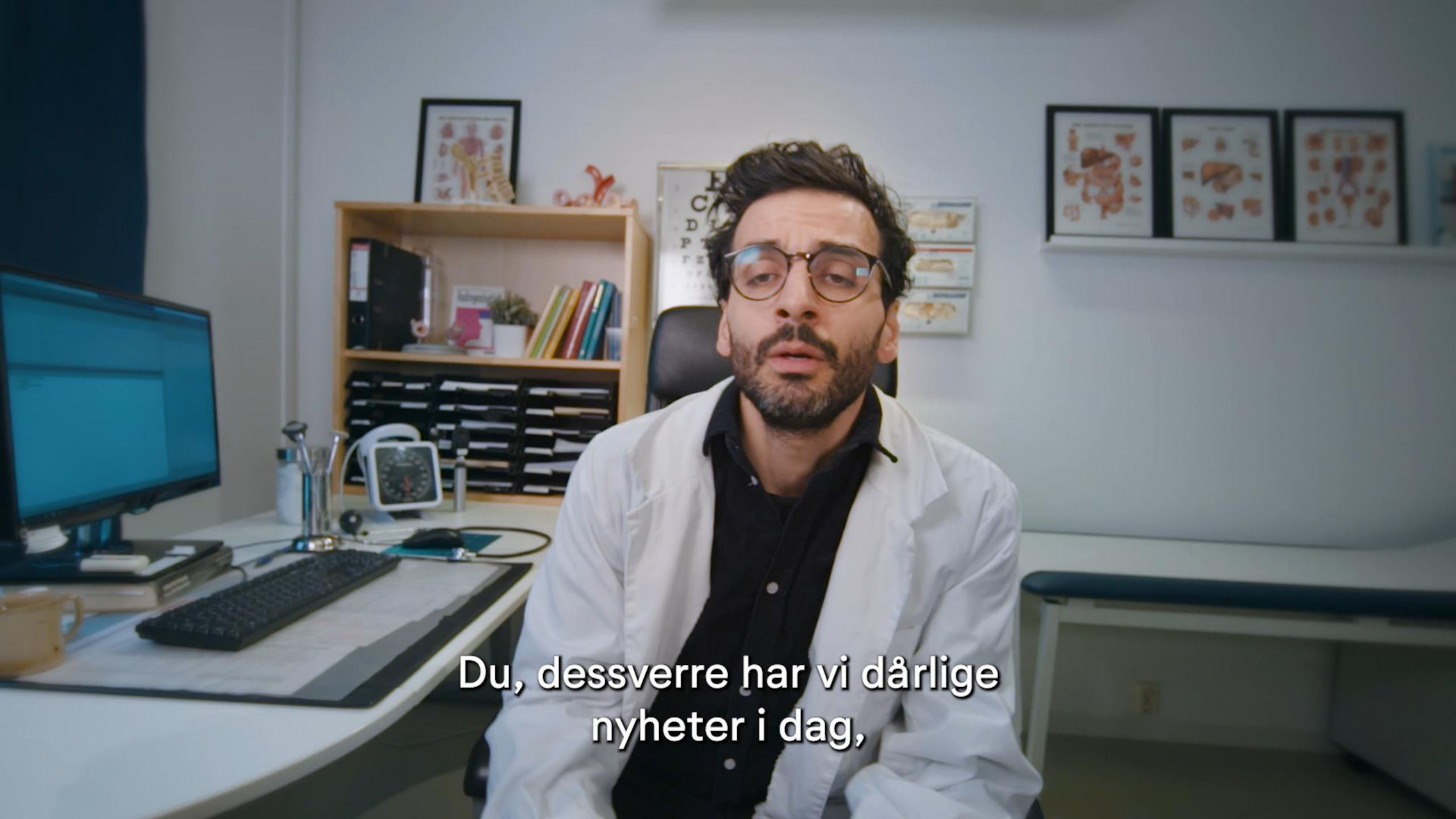
2022



- Store kampanjer på våre fokusområder
 - Digitale kanaler og ut der hvor folk er
- Inspirert ulike målgrupper til bedre alkovett
 - Prioritert løpende kommunikasjon i media og sosiale medier
- Spredt kunnskap om alkohol og helseeffekter
- Satt dagsorden og deltatt i samfunnsdebatten


I Norge kan omtrent 3 prosent av alle krefttilfeller tilskrives alkoholbruk, det tilsvarer rundt 1000 kreftdiagnoser i året.

Denne sammenhengen er ukjent for mange.

A man with dark hair, a beard, and glasses, wearing a white lab coat over a black shirt, sits at a desk in a medical office. He has a serious, slightly distressed expression. The desk in front of him holds a computer monitor, keyboard, mouse, a stethoscope, and a small white device. Behind him is a wooden shelf with books, a stethoscope, and a framed anatomical chart. On the wall to the right, three framed anatomical charts are visible. The room is brightly lit, and a blue examination table is partially visible on the right side of the frame.

Du, dessverre har vi dårlige
nyheter i dag,

Øke kunnskapsnivået i befolkningen



Det skal ikke så mye alkohol
til før personligheten din

Tilpasse budskapet til målgruppen



F**n, det smakte dritt!



Vise alvorret og engasjere





Gi helt konkrete råd

Julens viktigste huskeliste



- ♥️ Drikk null, ett eller maks to glass når du er sammen med barn.
- ♥️ Ha flest dager uten alkohol, selv om du har ferie.
- ♥️ Bli enige med andre voksne om hvordan dere skal håndtere alkohol når barn er til stede.
- ♥️ Morgendagens planer blir hyggeligere for både deg og barna når du er i god form.
- ♥️ Husk at barn merker at du har drukket tidligere enn du tror.

Sette alkovett på dagsorden

Kjære tenåringsforelder:

Ungdoms- fylla er et voksen- ansvar!

Margrethe Sele og Ragnhild Kaski, SLF-koordinator i Sandnes kommune og generalsekretær i Av-og-til, Sandnes

■ Høst er høysesong for ungdom og alkohol. Et nytt skoleår byr ikke bare på nye venner – flere leelever vil også i ste møte med alk tiden. Det bør du merknappen din

2 Nyheter

Kritiske til alkoholreklamen

Også alkovettorganisasjonen Av-og-til reagerer på Berge's Skinny Bitch's markedsføring. Generalsekretær Ragnhild Kaski mener blant annet bedriftens Instagram-poster er i strid med forbudet mot alkoholreklame.

– All markedsføring av alkoholholdig drikke mot forbrukere er ikke lov som følge av reklameforbudet i alkoholloven. Dette må kalles markedsføring, og da er vår forståelse at det er ulovlig, sier hun. Kaski sier flere alkoholprodusenter tøyer grensene i sosiale medier.

Meninger
Skatt



◉ Hvor mange flasker skal til før de ansatte har kost seg nok? spør Innleggsforfatterne. Foto: Elena Katsiva, Shutterstock/VTA

Prosecco og andre arbeidsmiljøtiltak

helsen og få dekket treningsavgift av jobben, vil de ikke få skattefrakt slik som de kan få hvis du sponsorer alkohol til julebordet eller seminarer. Hvor mange flasker skal til før de ansatte har kost seg nok? Det blir opp til arbeidsgiver å vurdere.

Dette kommer i tillegg til det arbeidsgiver vil kjøpe av julebuds- og oppmerksomhetsgaver til ansatte. Ønsker man å gi alkohol til de ansatte skattefritt, hindrer ikke skattereglene det, så lenge gavene holder seg innenfor det skattefrie beløpet på 5000 kroner.

Når arbeidsgiver dekker utgifter til mat og drikke på yrkesreiser, er det heller ingen regler som nevner alkohol spesielt. Her kan alkoholholdig drikke som regnes som «normalt» til måltidet, dekkes. Det samme gjelder dersom man har kundemøter hvor man kjøper alkohol som alternativ til kaffe eller annen drikke som inngår i måltidet.

Har man et tryke hvor kundemøter er en stor del av jobben, skal det ikke mange møtene til før man er oppe i de samme summene for alkohol som et medlemskap på treningscenter vil koste. Treningen skattelegges.

Må bli tydeligere. Skattereglene bør spesifiseres og settes flere begrensninger når det kommer til alkoholen arbeidsgiver kan kjøpe til ansatte.

Alkoholbruk koster samfunnet rundt

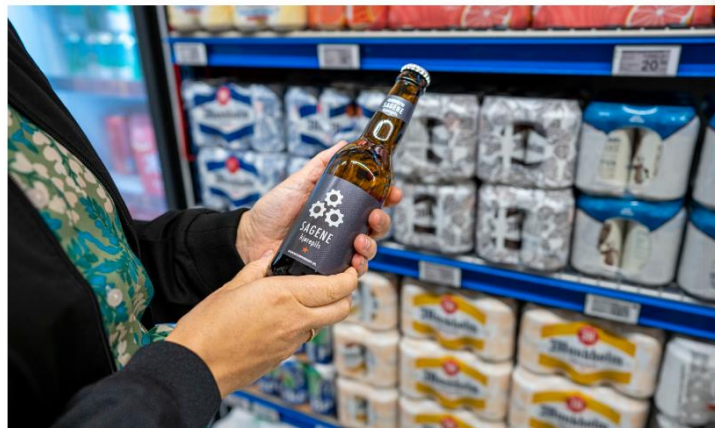
F or noen uker siden kom nyheten om velferdsetatsens opphold på spahotell og påfølgende vinutgifter på 22.000 kroner. Rett etter gikk alarmen om Oslos digitaliseringssetas svinnende prosecco-regning som hadde fått en ekstra null etter en regnefeil. Oppslagene har sannsynligvis fått en del ledere til å tenke litt ekstra over pengebruken på forrige teambuildingstur. Var det nødvendig med den ekstra sjøraftingen? Og hvor viktig var de drinkene for middag for samholdet i gruppen?



4 | Debatt
Inger Lise Hansen
Generalsekretær,
Actis



Ragnhild Kaski
Generalsekretær,
Av-og-til



LUNKET: I mange butikker blir alkoholfri øl solgt romtemperert. Foto: Ingvild Gjerdsjø / TV 2



Ut mot butikkgrep: – Må planlegge hvor man handler

Alkoholfritt øl har blitt stadig mer populært, men selges ofte romtemperert. – Mange henger etter, mener alkovettorganisasjon. Dagligvaregigant mener etterspørselen ikke er stor nok.

2023

Vi startet året med
et smell
/ en hvit januar!



Test ditt alkoholforbruk med Drikkestatus

Drikker du for mye alkohol? Og hvor farlig er egentlig din drikkestatus? Denne testen kan

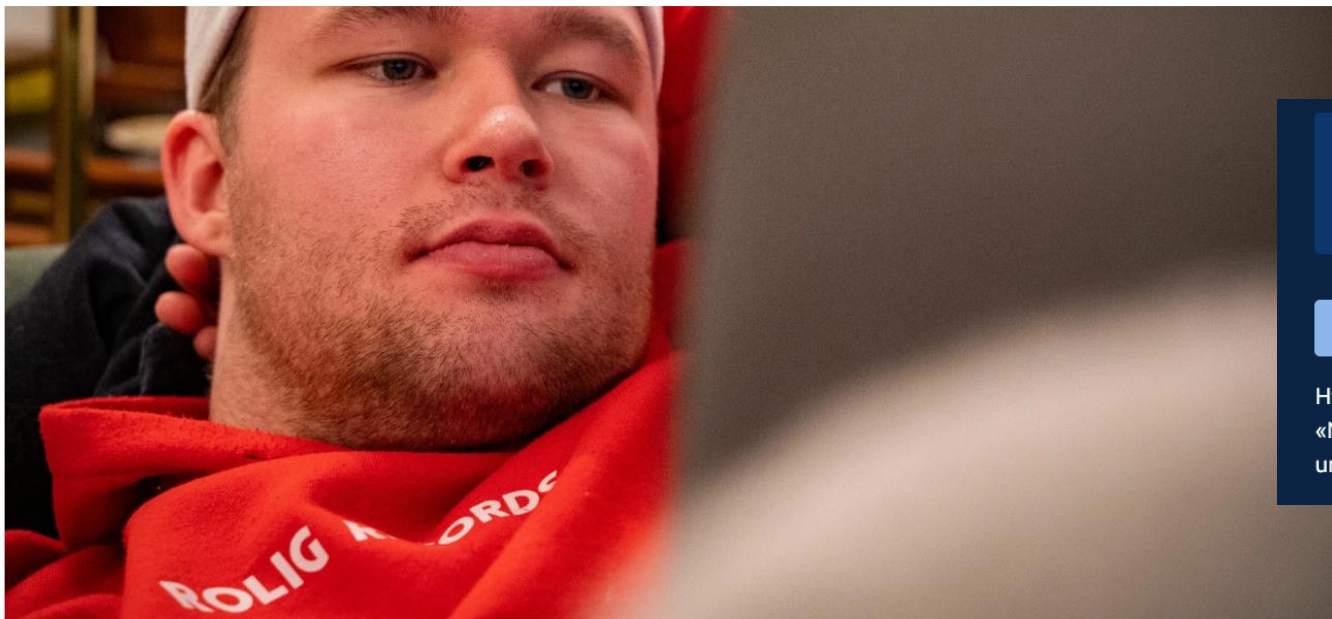


Når drikker du? Er det når du starter dagen med alkohol? Når du kommer i klesskapet? Når du drikker i løpet av dagen? Eller mye tid?

Drikker jeg for mye? Jeg tar testen! 🍷

betyr å ha...
... Og om
å gi deg konkrete... eller hvor lite,
alkohol som skal til før du havner i risikozonen.





EN PAUSE: Tiktok-profil Gard Detlev Øksendal har tatt en pause fra alkoholen. Det ser han flere fordeler ved. Foto: Martin Berg Isaksen / TV 2

Ny drikketrend tar av blant unge: – Et enkelt valg



Ekko Helg

07.01.2023 · 57 min



Programinformasjon

Tidspunkter

Hva er NoLo?

«Nei takk, jeg kjører». Har du brukt den unnskyldningen før for å slippe å drikke alkohol? Vel, dropp unnskyldningen neste gang: Det er trendy å stå over!

SPORT TV-GUIDE TIPS OSS

Søk

KP+



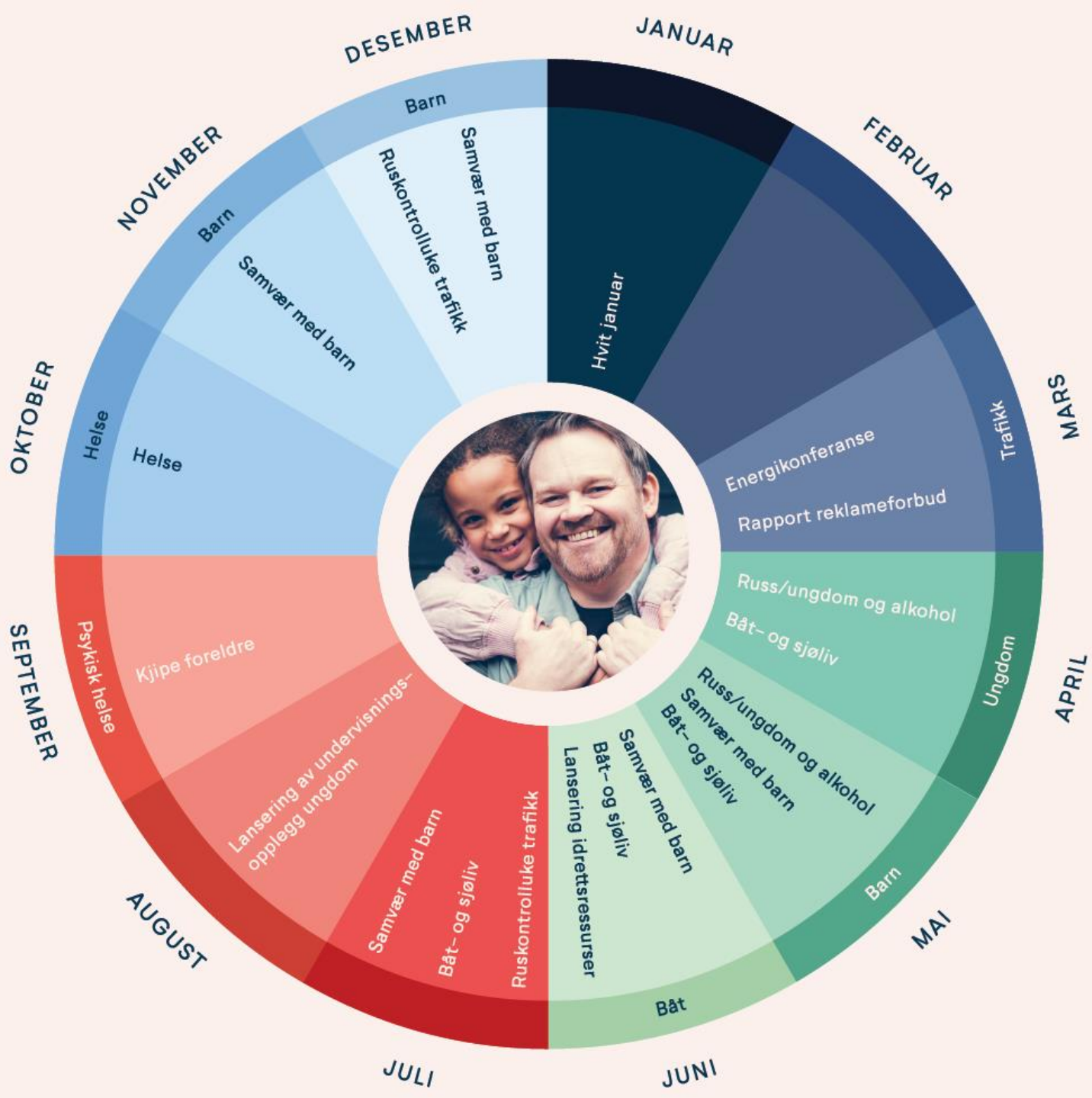
ekstra mye kos i desember er du kanskje klar for en liten detox med hvit januar? Foto: Getty Images/iStockphoto

11 helsegevinster: Dette gjør en alkoholfri måned med kroppen din

VG+

Dropper du alkohol i bare én måned, kan du få mange helsegevinster. Og for én gruppe mennesker er den hvite måneden ekstra viktig, sier norsk ekspert.

Av T.JODUNN DYRNES
9. januar



A top-down view of several children sitting around a large sheet of brown paper, drawing with colored pencils. The paper is covered with various environmental illustrations, including a sun, water droplets, a recycling symbol, a bicycle, a bear, a tree, a lightbulb, a recycling bin, and a person. The children are focused on their work, and their hands and arms are visible as they draw. The background is a plain, light-colored surface.

Årets barne- kampanje er under arbeid

Årets kampanje

- Vi vil nå ut til de som drikker *litt* for mye. De som fort kan oppleve at budskapet ikke er relevant
- Vi fortsetter å snakke om de *små* endringene i oss voksne, som kan gjøre barn utrygge
- Ingen pekefinger, men noe som vil skape engasjement og forhåpentligvis være en øyeåpner
- En kreativ ide for hele året. Som ikke er ferdig, men som er under arbeid.

- Vi flytter oss inn på en arena som allerede eksisterer, hvor det snakkes mye om alkohol med sitt helt eget språk



**De beste vinene til
sommermaten**



**Vin til TV-serier: – Perfekt
match!**

Fem røde koseviner til helgen

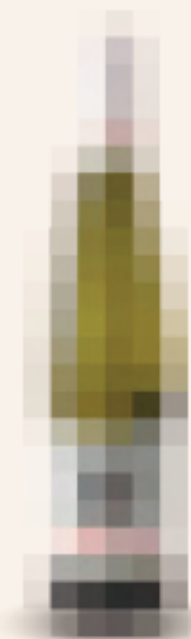
 **Nå er hverdagen her. Da
trenger du en god
hverdagsvin**

Ti perfekte koseviner på hytta

Men hvordan er barnas vinopplevelser?

Barnas vinopplevelser

- Vinopplevelsen ser annerledes ut gjennom barneøye
- Det kommer filmer, sosiale medier-innhold, annonser mm.
- Dette – og kommunetilpasset innhold – vil gjøres tilgjengelig for dere



Müller-Cablot
Harold, Bouding

Et selvfølgelig valg til torsdagens grillaften med familien. Den gode lengden fører først til lengre klemmer, før den intense syren gjør samtalene mellom deg og partneren din akkurat passe ubehagelige for barna. Men det skader vel ikke med *litt kos til grillmaten?*

avogtil husk at barn påvirkes selv om du gjør det



Ny rapport: Reklameforbudet i sosiale medier

Reklameforbudet i alkoholoven

- Konsulentselskapet Rambøll utarbeider rapporten
- Over tid sett mange brudd på reklameforbudet i sosiale medier (hos produsenter)
- Helsedirektoratet har gjennomført et stort nasjonalt tilsyn i sosiale medier/nettsider
 - Har skapt mye debatt, noe basert på misforståelser
- Rapporten vil være et godt kunnskapsgrunnlag for å se på omfang og mulige tiltak

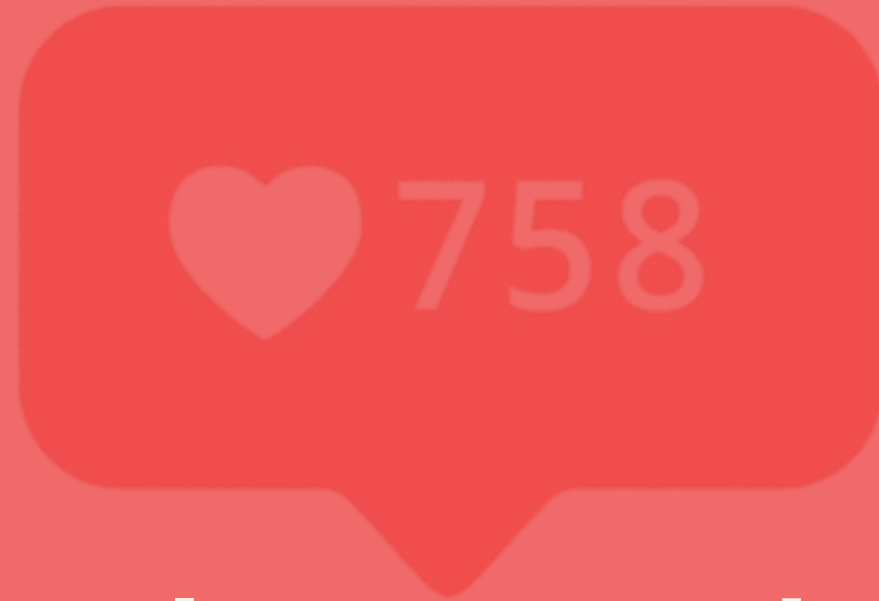
Påstand

Hvis privatpersoner som du og jeg tagger bryggeriet i et privat bilde på Snapchat, Instagram, Twitter eller her på Facebook, så anser de det som reklame. Så for et bilde jeg legger ut, så kan bryggeriet få bøter!

Roy Steffensen, Frp. Facebook, [07.01.2023](#)

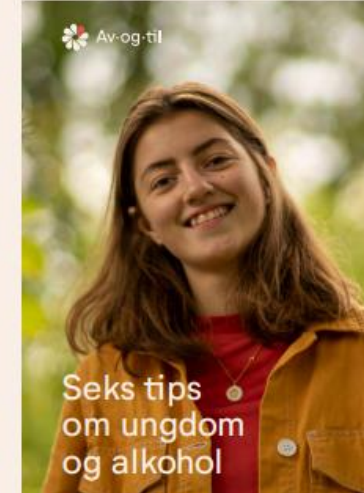
Konklusjon

Påstanden utelater viktig informasjon. Bryggeriene risikerer kun bøter dersom de indirekte eller direkte videreformidler omtalen fra brukerne. Det er lett å sikre seg mot dette.



Og fortløpende godt
innhold til deling

Stadig videreutvikling og oppdatering av infomateriell





Hvilken foreldretype er du?



Test her! 

Av.og.til

Til
Tenåringsforeldre

Noe å tygge på?

1 av 6
tenåringer vet ikke om de får lov til å drikke alkohol av foreldrene sine eller ikke*

Noe å tygge på?

*Ungdata-undersøkelsen

Digital verktøykasse og dialog gjennom året

- Kaffeprater for oppdatering, deling og inspirasjon
- Nettsiden avogtil.no/lokalt med ressurser og informasjon
- Webinarer og workshops



Samarbeid om alkohvett, forebygging og bedre folkehelse



Takk!



Av·og·til