

Årsrapport 2024



Av.og.til



Innhold

Strategi	4
Ord fra styreleder	6
Ord fra generalsekretær	7

Året som gikk

Folkehelse	8
Barn og unge	12
Båt- og sjøliv	16
Ungdom	20
Idrett	22
Øvrige tema	24
Alkoholpraten	26

Verktøyene våre

Samarbeid og lokal iverksettelse	29
Kommunikasjon	34
Kompetanse og informasjon	37

Styret og de ansatte	38
Økonomi og regnskap	38

Av-og-til

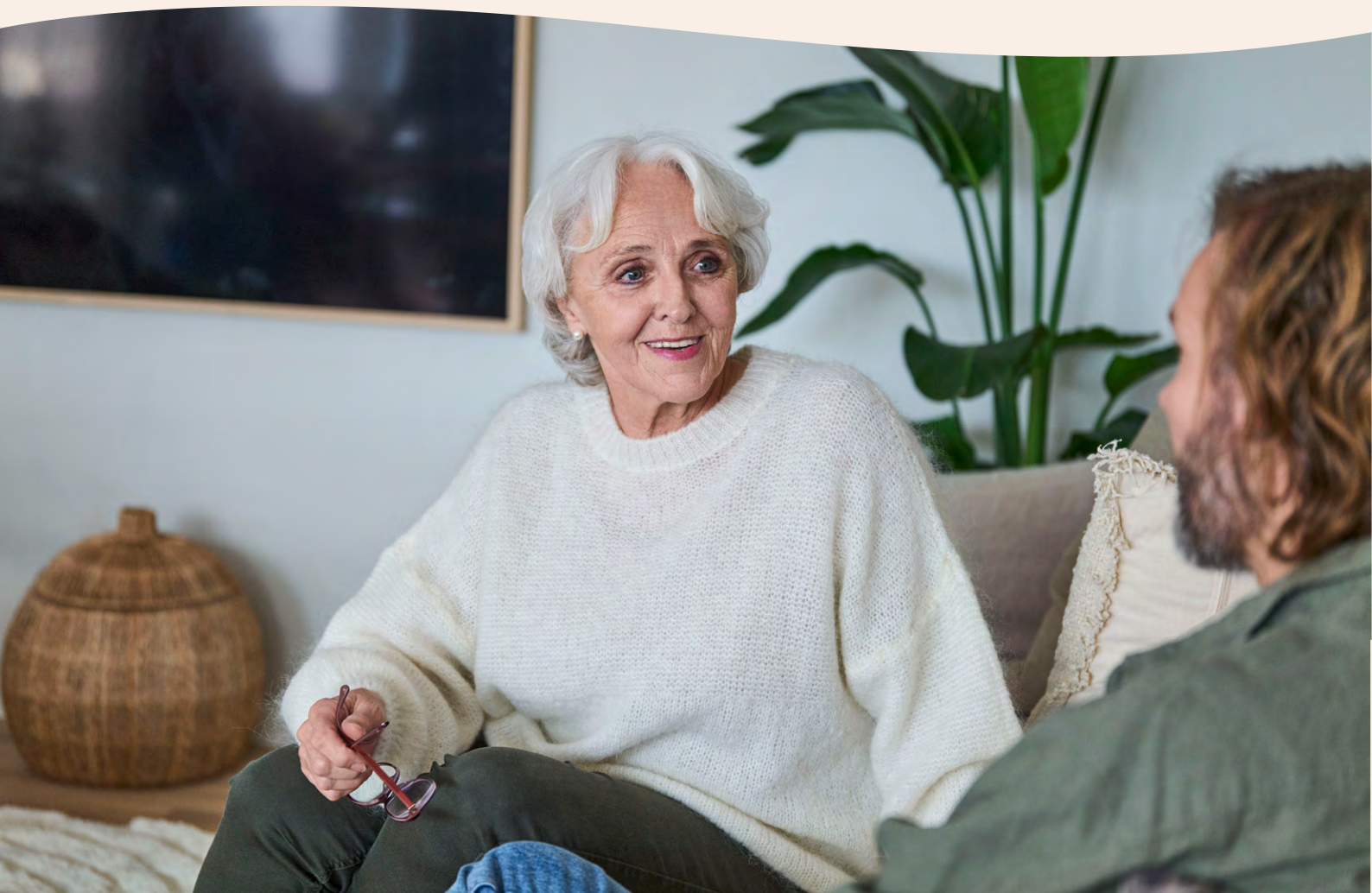
Av-og-til er en alkovettorganisasjon. Vi vil bidra til å redusere de negative følgene av alkoholbruk i samfunnet og gjøre hverdagen tryggere for alle. Vi setter fokus på situasjoner der alkohol utgjør en særlig risiko eller kan være til ulempe for andre.

Vi jobber for at flest mulig skal bruke alkovett. Det er å tenke gjennom om man skal drikke og hvor mye man skal drikke i ulike situasjoner. Alkovett er spesielt viktig på noen områder, og

våre satsingsområder for perioden 2021–2025 er: folkehelse, barn, båt, ungdom og idrett.

Bak Av-og-til står bredden av det frivillige Norge. 47 organisasjoner er medlemmer, og mange samarbeider med oss om kampanjene våre både nasjonalt og lokalt. Vi ble etablert i 1981 som Alkokutt, men skiftet i 2007 navn til Av-og-til.

Vi jobber for godt alkovett i situasjoner der alkohol utgjør en risiko, eller kan være til ulempe for en selv eller andre.



Målgruppe

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 er det to hovedprioriteringer som påvirker hvilke målgrupper vi forsøker å nå:

1. Alkoholbruk rundt barn og unge. Av-og-til vil 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.

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.

Prioriterte temaer

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

- Samarbeid og lokal iverksettelse
- Kompetanse
- Kommunikasjon

Våre prioriterte temaområder er forankret i Strategi 2021–2025. Av-og-til skal være en bidragsyter i de debattene som til enhver tid går om alkohol i samfunnet vårt, også innenfor andre temaer som for eksempel trafikk, arbeidsliv og graviditet.



Folkehelse



Båt- og sjøliv



Idrett



Ungdom



Barn og unge

En nødvendig motstemme ...

... men ingen pekefinger.

Siden starten har Av-og-til jobbet for å skape et samfunn med et mer bevisst forhold til alkohol i ulike situasjoner – der folk tar informerte valg, der alkovett er en selvfølge, og der vi tør å snakke om konsekvensene av alkoholbruk.

Formålet til Av-og-til er i dag formulert slik: Av-og-til er en ideell organisasjon som arbeider for alkovett i situasjoner der alkohol utgjør en risiko for en selv eller kan være til skade eller ulempe for andre, samt bidra til å redusere totalforbruket av alkohol.

Gjennom årene har vi utviklet oss i takt med samfunnet. Fra mer tradisjonelle informasjonskampanjer til å virkelig ta i bruk bredden av kommunikasjonsmulighetene som finnes i 2024. Derfor ser du oss i sosiale medier og nasjonal presse, men også i lokalavisa og på skjermer på treningssenteret. Du møter oss når vi holder foredrag på foreldremøter, eller gjennom brosjyrer og informasjon på legekontoet.

Vi vet viktigheten av å nå deg med riktig budskap til riktig tid, på en måte som både engasjerer og motiverer.

Vi vil være en positiv stemme, uten pekefinger. Men vi er også en motstemme til de som alltid snakker opp alkoholen.

Alkohol fremstilles ofte som en selvfølge – noe som hører hjemme i de fleste sosiale sammenhenger. Da er det viktig med en aktør som Av-og-til, som samler bredden av frivilligheten og organisasjonslivet, som kan snakke med troverdighet og tyngde.

Av-og-til skal fortsette å være den stemmen. Vi skal utfordre, opplyse og skape refleksjon.



Gjennom 2024 har vi sett sterke resultater:

- 49% av befolkningen sier de fikk med seg årets julekampanje, hvor Maria Mena var en viktig stemme.
- 67 norske kommuner er nå Av-og-til-kommuner. Det er rekord!
- Vi har samlet bredden av fritidsbåtfeltet til en vellykket kampanje – og bidratt til å sette promille på sjøen på dagsorden.
- Lanserte et nytt verktøy på alkoholpraten.no som skal gjøre det enklere å ta praten om alkohol med noen man er bekymret for.
- Vært på i rundt 1250 mediesaker – hvorav en stadig større andel er i nasjonale medier.

Og dette er bare noen av resultatene. Flere kan du lese om i denne årsrapporten.

Et viktig suksesskriterium den gangen Av-og-til ble stiftet, og som fremdeles er det, er samarbeid. Samarbeid med organisasjoner, med idretten, kommuner, forskere og ambassadører for vårt arbeid.

Så dette har vi fått til sammen!

KNUT HAUGSVÆR
Styreleder

Samsnakka

Årets oppfordring fra Av-og-til: Bli samsnakka med ungdommen om alkohol.

Ungdomstid er brytningstid. Man er nysgjerrig og på jakt etter fellesskap, og for mange ungdommer er alkohol en naturlig del av opplevelsen av å bli voksen. De ser alkohol på fest og i sosiale medier, og de hører klassekameraters fortellinger om helgens fest i skolegården. De møter holdninger, forventninger og gruppepress – og de leter etter svar. Men hvor går de for å få dem?

Mange tror at ungdom ikke vil snakke med foreldrene sine om alkohol. Det stemmer ikke. De vil prate. Som ungdomspsykolog Kirsten Resaland sier: *“Jeg opplever at de fleste ungdommer gjerne vil prate med foreldrene sine. De gir oss tusen millioner sjanser. Men så er det menneskelig at vi voksne ubevisst styrer samtalen dit vi vil, eller er subtilt avvisende for svar vi ikke ønsker oss.”*

Ungdomsforeldre er en viktig målgruppe for oss i Av-og-til. Derfor lanserte Av-og-til i høst Samsnakka – for å gjøre det lettere for foreldre å snakke med ungdommen sin om alkohol. Ikke én stor samtale, men små, gode samtaler som bygger kunnskap, trygghet og forståelse.

Vi lanserte en test der foreldre og ungdom kan teste hvor samsnakka de egentlig er, vi samlet råd fra eksperter, utviklet filmer for sosiale medier og laget innhold på avogtil.no med konkrete tips og fakta. Vi oppdaterte også foredrag, brosjyrer og annet materiell til bruk på blant annet foreldremøter i Av-og-til-kommunene.

Alt for at foreldre skal settes i stand til, og motiveres til, å ta praten – og å bli samsnakka med ungdommen om alkohol. For hvilke innetider gjelder hos oss? Hva gjør ungdommen om en venn blir veldig full? Og kan man alltid ringe



Foto: Thomas Brun, NTB kommunikasjon

hjem, uansett? Mange foreldre tenker at «vi har jo snakket om alkohol», men har fått en aha-opplevelse når disse spørsmålene blir stilt.

Vår oppfordring er å snakke om alkohol også før du oppdager at ungdommen har begynt å drikke. Fra tidlig alder blir de eksponert for alkohol og festing. I sosiale medier møter de innhold som fremstiller alkohol på en positiv og uproblematisk måte. Vi ser at reklameforbudet stadig utfordres av influensere, alkoholprodusenter og serveringssteder. Helt uten filter og advarsler.

Da trenger man også motstemmer, og trygge voksne som kan være med å veilede og forklare.

Av-og-til snakker med ungdommen gjennom sosiale medier som TikTok, men en viktig del av vår jobb er også å snakke med foreldre. Derfor var Samsnakka en av 2024s store satsninger.

I denne rapporten kan du lese mer om dette, og om mye annet Av-og-til har gjort i 2024.

RAGNHILD KASKI
Generalsekretær



Folkehelse

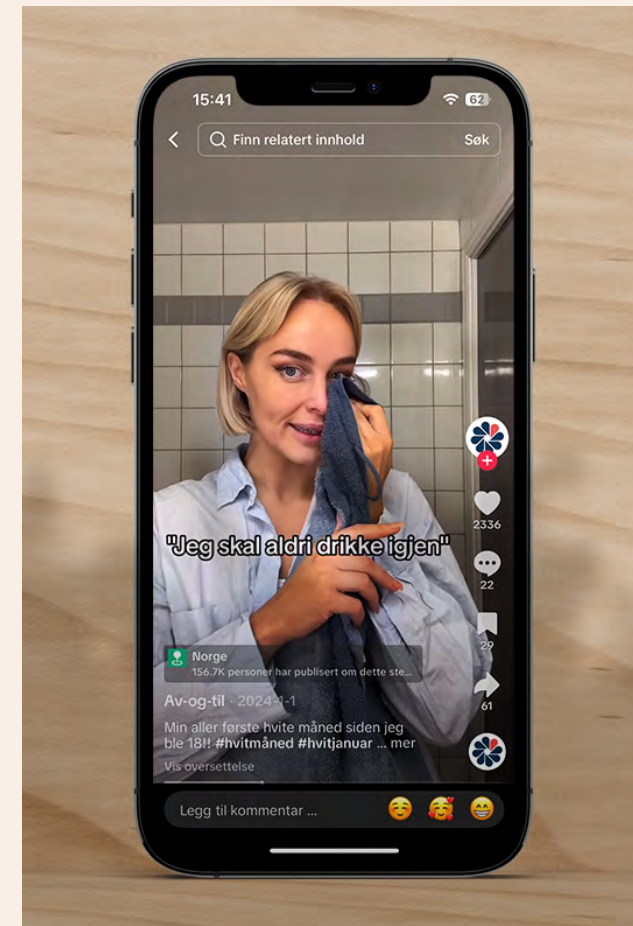
Helsekonsekvensene av alkoholbruk er store, og vi kan anslå at alkoholbruken vår koster samfunnet opp mot 100 milliarder kroner i året. Forskningen er også tydelig på at alkohol øker risikoen for mer enn 200 sykdommer, blant dem kreft, hjerteproblemer, demens, angst og depresjon. Selv et moderat inntak kan øke risikoen for sykdom. Med bakgrunn i dette jobber vi for å øke kunnskapen i befolkningen om risikoen alkohol innebærer for helsen, slik at folk kan ta valg basert på den kunnskapen de har.

Samfunnsmål

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

Effektmål

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

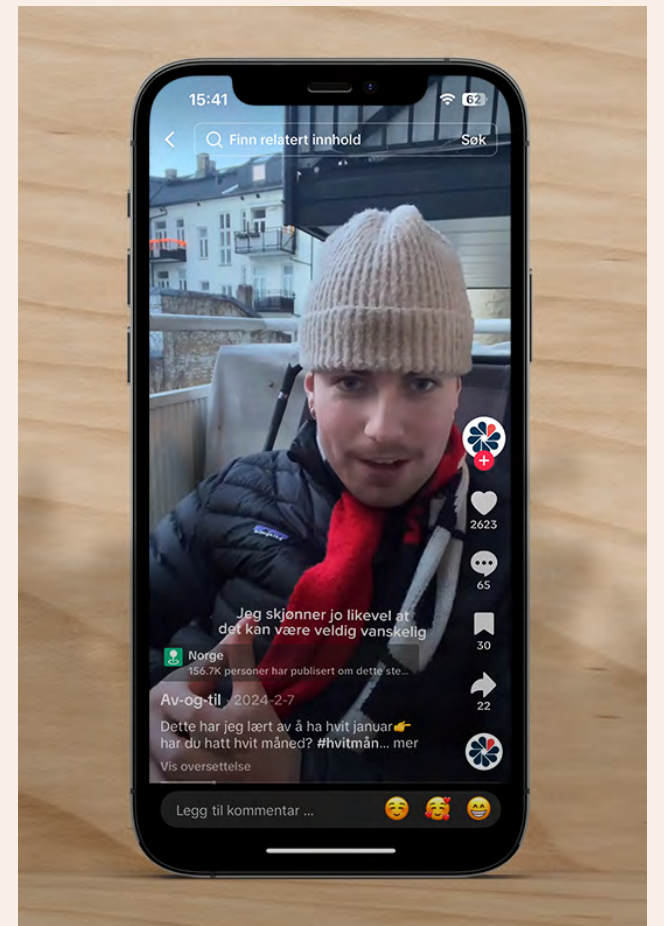


Hvit januar

Hvit januar har blitt et populært fenomen, spesielt blant de unge voksne, hvor nesten halvparten sier at de har vurdert å ta en hvit måned (Tracker, 2024). Å redusere alkoholinn-taket i en periode har fått mye oppmerksomhet den siste tiden, noe som blant annet gjenspeiles i trender på sosiale medier og i salgstallene til Vinmonopolet.

Fordelene ved å ta en hvit måned er mange: Man sover bedre, slipper dagen derpå, får bedre treningseffekt, helsen har godt av det – og det gir en fin anledning til å reflektere over eget alkoholbruk.

I årets kampanje tok Øyunn Krogh og Knut Peder Gransæther utfordringen med å gjennomføre en måned uten alkohol. Begge dokumenterte opplevelsene og erfaringene sine gjennom filmer på TikTok, i Øyunns podkast Kaffeskål, samt i intervjuer i KK, debattinnlegg i VG, på TV 2 og i Ekko på NRK P2. Parallelt med TikTok-kampanjen kjørte vi et eget Meta-løp, hvor vi oppfordret og engasjerte folk til å gjennomføre hvit januar.



1.477.200

visninger på TikTok under hvit januar

478

nye følgere på TikTok under hvit januar

345.776

unike personer så innholdet vårt på TikTok under hvit januar



Full på følelser

Alkohol fungerer ofte som et sosialt glide-middel. Man slapper mer av, og praten med nye bekjentskaper går litt lettere. For mange inngår derfor noen øl eller glass vin som en naturlig del av sjekking og dating. Samtidig kan for mye alkohol gjøre det vanskeligere å lese signaler fra andre – og dermed øke risikoen for uønskede hendelser.

Vi spurte unge voksne mellom 18 og 30 år om deres erfaringer og tanker rundt alkohol, sex, sjekking og dating – og vi snakket med flere eksperter om hvordan de tolket svarene vi fikk. Dette resulterte i en rapport og en kampanje basert på funnene.

Vi utviklet seks nye nettsaker og intervjuet influenserne Adrian Sellevoll og Johanne Foote for å høre deres tanker og erfaringer knyttet til temaet. Begge intervjuene engasjerte stort i kommentarfeltene våre på både Facebook og Instagram, og rundt 20 000 leste nettsaken med Adrian. Vi fikk gjennom året omtale i 17 medier, med totalt 2,5 millioner lesere.

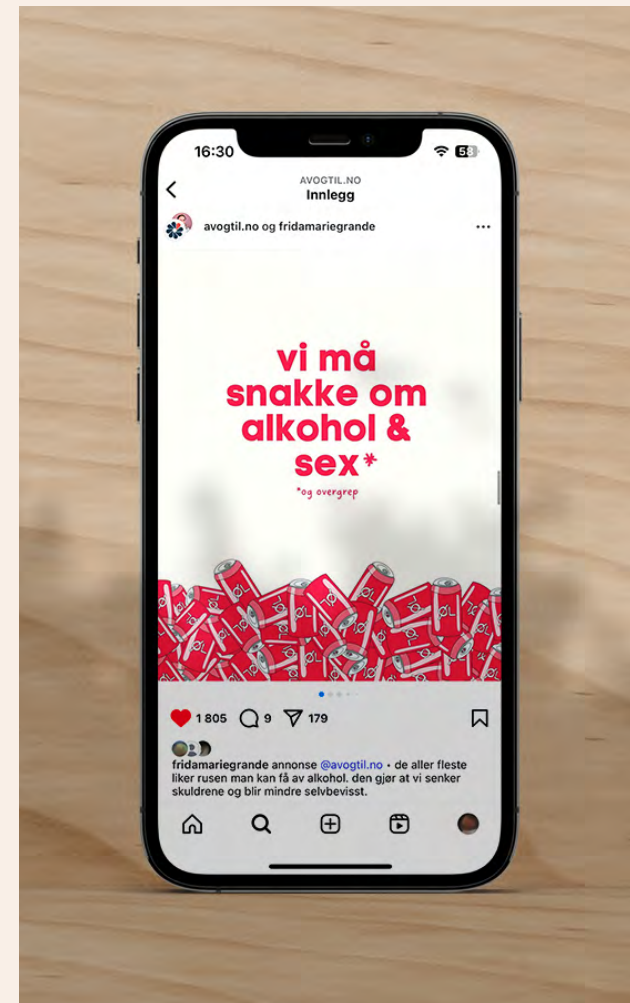
I tillegg kjøpte vi annonseplass i VG i 17. mai –helgen, en helg med mye fyll.

Vi inngikk også et samarbeid med den samfunnsengasjerte influenser Frida Marie Grande, som laget innhold om temaet og publiserte det som et samarbeidsinnlegg på Instagram.

Sjekk ut rapporten her!



avogtil.no/full-pa-folelser



Ta vare på de gode vanene

Godt voksne og eldre er de i Norge som drikker alkohol oftest, og dagens eldre drikker mer enn tidligere generasjoner. Drickemønsteret blant dem over 65 år kjennetegnes av at de ikke drikker for å bli beruset, men har flere drikkeanledninger.

Vi intervjuet stortingspolitiker og psykiatrisk sykepleier Kari Henriksen, som snakket om de store overgangene i livet, og hvor viktig det er å holde på de gode vanene når man går inn i pensjonisttilværelsen.

Vi samarbeidet med Pensjonistforbundet, og sammen skrev vi et presseinnlegg som ble publisert på TV2.no. Vi hadde også en annonse-artikkel i Amedia-systemet, hvor vi inkluderte tips fra Pensjonistforbundet og sitater fra Kari Henriksen. Dermed nådde vi ut gjennom lokalavisene over hele landet og oppnådde gode resultater. Vi kjøpte også en helsides annonse i magasinet Pensjonisten.

50.000
visninger på nettsiden under kampanjen

410.000
visninger på sosiale medier under kampanjen

30.021
klikk på VG-annonsen

60 sek
gjennomsnittlig lesertid på VG-annonsen

— Det gjelder å være litt obs ved slike store livsoverganger. Å følge litt ekstra med på glassene, rett og slett. Enten det er i overgangen fra ung til voksen, til det å få barn, eller å gå fra å være arbeidstaker til å bli pensjonist.

Henriksen peker på at man er mer sårbar når rammene endrer seg, og at det er viktig å være bevisst på nye vaner.

Visste du dette om alkohol og eldre?

- Kroppen tåler alkohol dårligere med alderen, fordi kroppen bruker lenger tid på å bryte ned alkohol. Promille som tar ett døgn å bryte ned for en typisk 30-åring, kan ta mer enn dobbelt så lang tid for en 60-åring.
- Mange eldre opplever utfordringer med søvn. Samtidig lever myten om at alkohol er bra for søvn i beste veigående. Faktum er at alkohol forstyrrer søvnen, og at så lite som to glass alkohol kan forringe søvnen med hele 40 prosent.

Nyt livet!

Godt voksne og eldre er den delen av befolkningen i Norge som drikker alkohol oftest. Karl synes slett ikke det er rart at mange begynner å hygge seg oftere med alkohol når de blir pensjonister. Hun mener samtidig det er grunn til å tenke gjennom hvilken rolle alkohol skal spille i et nytt og friere liv.

— Folk har fortjent å nyte livet! Og så må vi huske at det å kose seg kan bli ukos om man ikke er bevisst nok.

Kari Henriksen, stortingspolitiker og psykiatrisk sykepleier.

— Følg litt med på glassene

Livet består av mange overganger. Når rammene rundt endrer seg, kan nye vaner få mer boltreplass.

Mange har høyere forventninger til pensjonisttilværelsen enn tidligere generasjoner. Samtidig vet vi at godt voksne og eldre i Norge drikker mer enn før. Ett glass vin på en mandag her, tre glass på en torsdag der. Når man ikke lenger må stå tidlig opp morgenen etter for å dra på jobb, kan kveldene litt bli «fuktigere» enn tidligere.

— Du får mer tid, og mister en del forpliktelser når du går over til pensjonisttilværelsen. Du blir jo mer fri, sier Kari Henriksen (69), som selv snart skal pensioneres.

I følge Henriksen var det uvanlig at 60-70-åringene drakk særlig mye alkohol da hun vokste opp. Hun har ett klart rikt til seg selv og andre ferske pensjonister.



Barn og unge

90 000 barn i Norge vokser opp med en mamma eller pappa som drikker for mye alkohol. For dem er alkohol en stor trussel mot en trygg barndom. I tillegg kommer alle de barna som har foreldre som vanligvis ikke drikker på en problematisk måte – men som innimellom gjør det likevel. Også slike opplevelser kan sette dype spor. Mange voksne er ikke klar over hvor lite alkohol som skal til før barn merker forskjell og kan bli utrygge. Derfor har vi lagt kampanjetopper til sommeren og julen – perioder der nordmenn drikker mer enn ellers – for å bevisstgjøre flere voksne om hva som er greit og ikke i samvær med barn.

Samfunnsmål

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

Effektmål

- Voksne, spesielt foreldre og besteforeldre skal:
- drikke mindre alkohol når de er sammen med barn og unge.
 - kjenne til, og være klar over, de negative konsekvensene alkoholbruk kan ha i situasjoner som berører barn og unge.

“Eeeehhh”

Noen ting er det vanskelig å sette ord på. Som når partyfaktoren blir litt for høy, og sommerfesten slutter å være trivelig for barna. Å si ifra til andre at de ikke bør ta et glass til, er vanskelig for mange. Dette skapte vi oppmerksomhet om i sommer med den humoristiske kampanjefilmen “Unngå eeehhh i sommer”.

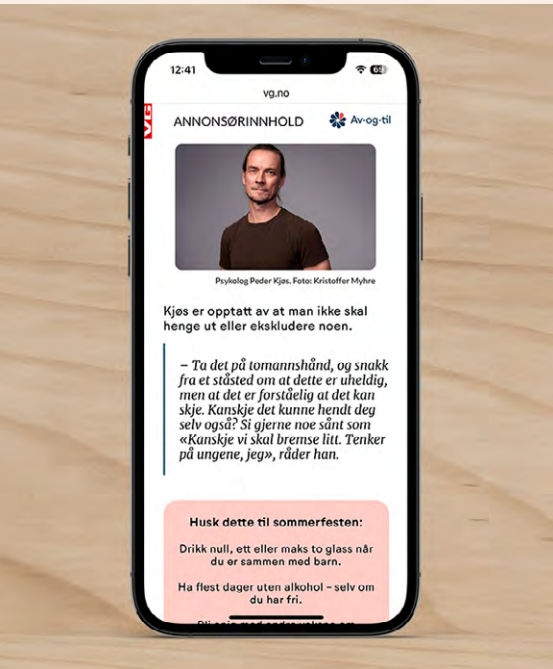
I samarbeid med psykolog Peder Kjøs fulgte vi opp med råd om hvordan man kan dempe drikkingen uten å ødelegge stemningen, og hvordan man kan snakke med barn om det hvis det har blitt litt for mye alkohol.

Medieomtale

17. mai har blitt en viktig knagg for oss å nå ut med budskap om barn og alkohol i media, og sammen med sommer og jul ble 2024 et år der vi fikk mer omtale i pressen enn tidligere. Et viktig høydepunkt var da Maria Mena var kveldens gjest på Dagsrevyen uka før julaften, og fikk snakket lenge om barn, alkohol og kampanjen vår.

Vi ser også at Av-og-til og rådet om å drikke null, ett eller maks to glass foran barna stadig blir trukket frem av andre enn oss selv. Som for eksempel når KrF-nestleder Ida Lindtveit Røse kritiserte butikker for å ha priskrig på juleøl, og henviste til våre nettsider.

Et annet eksempel er at TV2-programleder og «Jakten på kjærligheten»-bonde Camilla Botilsrud Sagen henviste til rådet vårt da hun i et intervju med TV2.no ble spurt om det er innafor med alkohol når det er barn til stede.



Skjermdump: VG/Schibsted, 24. juni 2024

“

Reitan og de andre bør gå inn på Av-og-til sine nettsider og lese historiene om selv voksne som gruer seg til jul etter opplevelsene de hadde som barn.

— Ida Lindtveit Røse

“

Helst null, men maks to glass – som jeg tror er alkovettorganisasjon Av-og-til sin anbefaling også.

— Camilla Botilsrud Sagen



Skjermdump: Dagsrevyen, 16. desember 2024

Det Tredje Glasset

EN LITT ANNERLEDES JULEFOTELLING
I TRE DELER
Del 2: Barnets perspektiv



Ute er det bitende kaldt, så kaldt at neshårene stivner og at nydelige små roser danner seg i kinnene. Det er stjerneklart, og sneen ligger som et teppe over jordene. Det er jul, og kvelden før kvelden, og Noah sitter rundt bordet med hele storfamilien. Kommer jeg til å få det helikopteret jeg ønsker meg egentlig? tenker Noah. Da kan jeg leke superhelt med Kai. Vi kan redde verden og ... Noah hopper i stolen av en korsk som fyker i taket. En liten vond klump kjennes i magen. Det er akkalt å skvette sånn, men han viser det ikke til de andre. Han syns det er rart at de voksne ler så mye når de heller vin i glassene. Noah titter bort på moren sin som han observerer brått har blitt litt stille. Han liker ikke når hun er sånn. Da tenker hun på sånne voksne. Da skal jeg ikke fortynne, det vet jeg, men jeg har sittet her veldig lenge.

— Mamma? sier Noah så snilt han kan til Lisa.
— Ja, Noah? svarer Lisa tydelig irritert.
— Kan jeg få gå fra bordet? spør han rolig.
— Snart Noah, snart, sier Lisa fortsatt like irritert. Frank, eksmannen til Lisa og pappaen til Noah hever glasset sitt.
— Skål for en nydelig middag, sier han, og smiler.
— Ja, skål for at vi er sammen, svarer Lisa, og ler høyt.
— Dere er jo ikke sammen mamma, sier Noah.
— Ja, du får sagt det godt du, Lisa, sier Frank, og nå smiler han like lenge.
Nå er pappa sur på mamma, sa jeg noe dumt nå, tenker Noah. Kanskje jeg ikke får helikopteret likevel. Bestemor avbryter med å klappe i hendene.
— Nei, men skal vi ha noe dessert, eller? Kan ikke du hjelpe meg ute på kjøkkenet, Lisa?
Noah går bort fra bordet med de voksne. De prater bare så høyt om ting han ikke forstår. Han vil heller være i hjørnet hvor bestemor har satt fram Legoen. Hvis han ikke får helikopter,

kanskje han kan bygge en romrakett, det er jo nesten som et helikopter. Han lurte på om han får sove i natt. Selv om han ikke tror på julenissen, så har Ella i klassen hvisket i øret at når det er stjerneklart, som det er nå, så kan en se ut av vinduet om natts, og er man heldig så kan man se nissen og sleiden med reinsdyrene fylte av gårde på himmelen. Midt i tankene om nissen, kommer mammaen til Noah bort til han. Hun setter seg ned på huk, ved siden av han. Hun lukter annerledes.
— Hei gutten min. Hva lager du? sier Lisa.
— Jeg har laget en stor romrakett mamma, svarer Noah.
Lisa stryker han på hodet.
— Vil du ikke ha dessert da vennen min? svarer hun, og bryr seg tydeligvis ikke noe om den fine romraketten han er i ferd med å lage. Noah elsker jo dessert, men det er ikke så gøy å sitte sammen med mamma når pappa blir sur på henne. Han føler seg trygget i hjørnet med bestemors Lego, og romraketten må han jo bygge ferdig, tenker han.
— Åh, men kan jeg få en skikkelig klem av deg. En sånn stor en, sier Lisa.
Mamma er rar nå, tenker Noah. Og i stedet var hun jo litt sint på meg. Er det derfor Lisa tar tak i Noah, og klemmer han lenge. Hvorfor holder mamma meg sånn fast? tenker Noah.
— Åååå gutten min. Jeg elsker deg sånn, nærmest roper hun.
Den vonde klumpen i magen er tilbake. Han vet jo at mammaen hans elsker han. Men hun trenger ikke si det høyt foran alle. Det er flaut, tenker Noah. Heldigvis slipper hun taket, og går tilbake til middagsbordet. Han hører lyden av en vinkork som åpnes og glass som fylles. Og når bestemor spør om han vil komme og spise dessert, har han ikke lyst på dessert, han vil heller bare sitte her.

Slutt.

Barn påvirkes — før du gjør det. Derfor anbefaler vi null, ett eller maks to glass når du er sammen med barna.

Av-og-til

En litt annerledes julefortelling
Til jul utviklet vi “Det tredje glasset” — en litt annerledes julefortelling i tre deler, lest inn av den folkekjære artisten Maria Mena. Lytteren fikk høre barnets, morens og bestemors opplevelse av den samme familiemiddagen på lille julaften — opplevelser som viste seg å være ganske forskjellige. Siden hovedvirkemiddelet var selve fortellingen, kunne vi bruke lyd, film og tekst for å nå frem til målgruppen.

Vi annonserte med barnets historie både på print og digitalt, med en dobbeltside i VG og A-magasinet helgen før jul, og med Schibsted partnerstudio utvalgte dager før jul. Gjennomsnittlig lesetid på den digitale annonsen var på hele 94 sekunder, som vitner om at målgruppen virkelig tok oppfordringen om å forsvinne inn i historien og fordype seg i tematikken.

Lytt til julefortellingen!



avogtil.no/det-tredje-glasset



Da kan jeg leke superhelt med Kai.

Ekte håndverk i KI-ens tid
For å bevare magien fra litteraturen valgte vi illustrasjoner fremfor foto i denne kampanjen. Alle illustrasjonene er håndtegnet av illustratør Jeremy Luther. Han ga bildene liv slik at de også kunne brukes i videoformat der det var aktuelt — et behagelig blikkfang som bidro til å holde på oppmerksomheten til lytteren. De ulike perspektivene fikk forskjellige fargenyanser for å tydeliggjøre at det var ulike fortellinger.

I en tid der kunstig intelligens får mye oppmerksomhet og er noe mange tester og bruker, ville vi med dette grepet vise frem kvalitet og håndverk gjennom hele historiefortellingen. Målet var å gi kampanjen et autentisk og menneskelig preg — noe som passer spesielt godt i en julekampanje.

Brosjyrer til kommunene på flere språk
Av-og-til-kommunene har ønsket seg brosjyrer til helsestasjoner på flere språk. Vi har oversatt brosjyren med råd om barn og alkohol til de fem språkene som har vært mest etterspurt — engelsk, ukrainsk, polsk, litauisk og russisk.

492
mediesaker om barn og alkohol

23.000.000
annonsevisninger

600.000
så kampanjefilmen i reklamepause under sommerens fotball-VM

1 av 3
av de som normalt drikker mer enn to glass foran barna har blitt påvirket av kampanjen

49 %
av befolkningen fikk med seg julekampanjen





Båt- og sjøliv

Våren er årets høydepunkt for de fleste båteiere. Det er tiden hvor man endelig kan ta frem båten og gjøre seg klar for sol, sommer og late dager på dekk. Båtlivet står sterkt i Norge, og tall fra 2023 viser at 26 prosent av norske husstander eier en eller flere fritidsbåter. Det er estimert at det finnes 1 067 000 fritidsbåter i Norge, en økning på 40 prosent på ti år (Båtlivsundersøkelsen, 2023).

Selv om holdningene blant båtfolket jevnt over er gode, er alkohol hvert år involvert i flere alvorlige ulykker og dødsfall til sjøs. I 2024 var halvparten av dem som omkom til sjøs alkohol-påvirket. Det er viktig å ha alkovett på sjøen, fordi alkohol har en negativ innvirkning på egen-skaper som er helt nødvendige for å føre båt. Alkohol reduserer balanse, koordinasjonsevne og reaksjonstid. Den kritiske sansen svekkes, vi blir mer impulsive og villige til å ta større sjanser. Risikoen for farlige situasjoner og ulykker, og overlevelsestiden i vann reduseres. Berusede personer har større sannsynlighet for å drukne, selv ved korte svømmeturer, noe som skyldes kombinasjon av dårlig dømmekraft, reduserte fysiske evner og stort varmetap.

Samfunnsmål

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

Effektmål

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



Ekte kapteiner...

«Ekte kapteiner drikker kaffe»-slagordet er godt etablert blant båtfolket, og i år ble konseptet videreutviklet slik at budskapet favnet bredere. Da traff vi ulike segmenter med enda tydeligere budskap.

De tre overordnede tematikkene:

- Ekte kapteiner respekterer havet. Handler om det lunefulle havet, og hvor viktig det er å være skjerpet (edru) til enhver tid, også når havet er stille i havnen.
- Ekte kapteiner drikker kaffe. Handler om hva alkoholen gjør med kroppen din, og hvordan den kan påvirke deg til å bli en dårligere kaptein.
- Ekte kapteiner tar en for laget. Handler om dem vi vet har stor påvirkningskraft på kapteinen, som familie og venner. Både som en påminnelse til kapteinen om det ansvaret de har, men også som en takk til kapteinen på vegne av alle rundt.

Samarbeidspartnere

- Båtforbundet (KNB)
- Oslofjorden Båteierunion
- NORBOAT
- Kongelig Norsk Seilforening
- Norges Seilforbund
- Redningsselskapet
- Norges Røde Kors
- Friluftsrådernes Landsforbund
- Sjøfartsdirektoratet
- Politidirektoratet
- Kystvakten
- Kartverket
- Kystverket

Kontekstuell kampanje

I år prioriterte vi kontekstuelle kampanjeuttak for å være til stede der hvor båtfolket ferdes. Vi hadde helsides annonseplass i flere utgaver av de største båtmagasinene her til lands. Vi var også til stede på andre digitale flater gjennom markedsføringsbyrået Kobler. Vi hadde korte filmer som fungerte som annonser tilpasset Meta og TikTok.

Nettsiden ble oppdatert med nye tall, og flere nye nettsaker ble produsert. Vi intervjuet båt-entusiast Aksel Lund Svindal. Han snakket om barndomsminner ved sjøen, gleden ved båtlivet og tanker han hadde rundt kombinasjon båtliv og alkohol. Vi intervjuet også vennegjengen som startet det populære båtracet Hvaler Open. De snakket om lidenskapen for båt, hvordan de hjelper hverandre, og hvorfor de jobber for at arrangementet skal være alkoholfritt og trygt for alle som deltar.

Vi publiserte kampanjeuttak i egne sosiale medier, og vi holdt en digital konkurranse i samarbeid med Redningsselskapet, med fine premier i potten. Samarbeid har vært en nøkkel i pressearbeidet dette året, og vi fikk omtale i 70 pressesaker. Majoriteten av sakene var knyttet til et leserinnlegg som var co-signert av flere av kampanjepartnerne våre.

“

Alkohol gjør at du får et mer avslappet forhold til risiko, og du blir dårligere rustet til å ta gode valg. Det kan gjelde på vegne av deg selv, men også hvis du må hjelpe andre som er blitt utsatt for en ulykke.

— Aksel Lund Svindal

Blant dem vi hadde pressesamarbeid med var verdensmester i båtrace Pål Virik Nilsen, båt-entusiast og programleder Dag Otto Lauritzen, ildsjelene bak Hvaler Open, Redningsselskapet og paraplyorganisasjonen Flyte. Sammen med Av-og-til-kommunene snakket vi om båt og alkohol i en rekke lokale medier.



Foto: Vette Børresen, Båtens Verden

Les intervjuet med gutta fra Hvaler Open!



avogtil.no/hvaler-open

DEBATT BÅTSOMMER ALKOHOL

En trygg båtsommer



SOMMERMINNER: Ved å droppe alkohol når du fører båt kan du bidra til en tryggere båtsommer. Ikke minst for barna. For dem føles sommerferien som en evighet. Minnene varer enda lenger.
Foto: Stig Over Pettersen (Unsplash)

Faksimile: Telemarksavisa, 31. mai 2024



Direkte dialog med båtfolket

Dialogen med båtfolk er et viktig element i “Klar for sjøen”-kampanjen, og har vært en sentral del siden oppstart. Samarbeidspartnere og kommuner bestiller og deler ut materiell som bringer kampanjebudskapet ut der båtfolket ferdes. I år hadde kampanjemateriellet et nytt uttrykk, og nye slagord — i tråd med resten av kampanjeuttakene. Nytt av året var selvkleb-ende tatoveringer i ekte sjømannsstil. Det ble produsert og trykket opp nye plakater med samme budskap som magasinannonsene, for å styrke gjenkjennelsen.



36 %

av befolkningen la merke til kampanjen

47 %

i aldersgruppen 55 år og eldre har lagt merke til kampanjen i en eller flere kanaler

17 %

svarer at kampanjen vil få innvirkning på egen drikking i situasjoner med båt

26

Av-og-til-kommuner har deltatt i kampanjen

44.000

lakrisposer har blitt delt ut

2.8 millioner

visninger på Meta-annonsene

2.5 millioner

visninger på TikTok-annonsene

660.000

visninger på Kobler-annonsene

40.000

klikk på båtsakene på avogtil.no



Ungdom

Å eksperimentere med alkohol er for mange en naturlig del av overgangen fra barn til voksen. Når ungdom drikker alkohol, øker risikoen for ulykker, vold og overgrep. Ungdom med foreldre som setter tydelige grenser, debuterer senere med alkohol og drikker mer forsiktig. Derfor jobber Av-og-til med foreldre som målgruppe gjennom kampanjer, i sosiale medier, medieutspill og gjennom foredrag og foreldremøter i samarbeid med Av-og-til-kommunene. I 2024 videreutviklet vi “Kjipe foreldre” og lanserte det nye konseptet “Samsnakka”. Konseptet skal gjøre det enklere for foreldre å ta ansvar og bidra til at ungdom får en trygg og god ungdomstid.

Samfunnsmål

Barn og unge skal oppleve en trygg og god ungdomstid.

Effektmål

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

Samsnakka

I 2024 gjennomførte vi kampanjen “Samsnakka” med fokus på å gjøre det lettere for foreldre å skape god dialog med ungdommen om alkohol. Kampanjen inkluderte blant annet en test der foreldre og ungdom kunne måle hvor samsnakka de egentlig er om alkohol. For å spre budskapet, og engasjere målgruppen, produserte vi flere kampanjefilmer som ble spredt i digitale kanaler rettet mot ungdomsforeldre.

For å gi foreldre trygghet og kompetanse om ungdom og alkohol, samlet vi inn ny innsikt, og intervjuet flere eksperter – som ungdomspsykolog Kirsten Resaland og rusekspert Willy Pedersen. Dette resulterte i et landingsunivers med konkrete råd og tips, relevante intervjuer og ofte stilte spørsmål – skreddersydd for ungdomsforeldre. For å sikre en rød tråd på tvers, oppdaterte vi materiell som brosjyrer og foredrag til bruk i Av-og-til-kommunene.

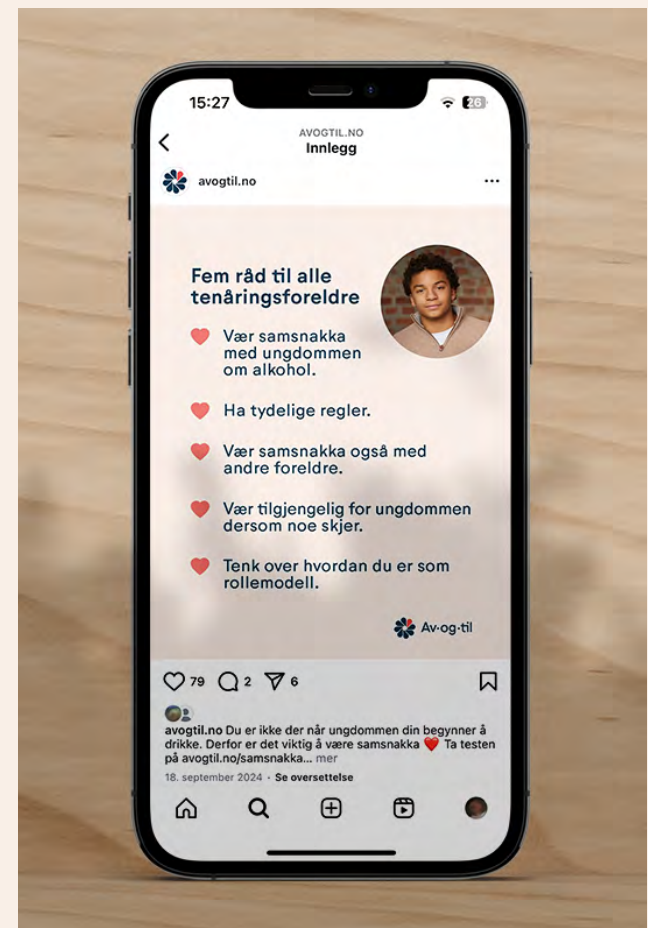
Leserinnelegget “Hvor samsnakka er dere om alkohol?” fikk stor spredning i lokalaviser over hele landet, noe som understreker hvor aktuelt og viktig temaet er. På sosiale medier oppnådde vi også bred rekkevidde på plattformer som Meta, Snapchat og YouTube.

Totalt har “Samsnakka” bidratt til økt bevissthet og flere samtaler mellom foreldre og ungdom, og arbeidet med konseptet fortsetter videre inn i det nye året.

Er dere samsnakka?



avogtil.no/samsnakka



32

Av-og-til-kommuner var med på kampanjen

68

presseoppslag i løpet av kampanjeperioden

33 %

av befolkningen la merke til kampanjen

28 %

svarte at kampanjen påvirket hvordan de ville snakke med ungdom om alkohol



Idrett

Idretten er en av de viktigste arenaene i barns oppvekst. Her utvikler de vennskap, mestringsfølelse og samhold. Men for noen barn kan idretten også være et fristed fra en vanskelig hverdag preget av alkoholbruk hjemme. Av-og-til jobber for at breddeidretten skal være trygg, alkoholfri og et sted hvor barn kan føle seg ivaretatt – uansett bakgrunn. I samarbeid med Idrettsforbundet og særforbund arbeider vi for at idrettslag og klubber etablerer retningslinjer for alkohol, og at trenere og lagledere får kunnskap til å støtte barn som opplever utfordringer hjemme.

Samfunnsmål

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

Effektmål

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

Retningslinjer for alkohol

I samarbeid med Norges Fotballforbund (NFF) har Av-og-til arbeidet for å informere klubber om retningslinjer for alkohol. Nettsidene for idrett generelt er oppdatert både visuelt og innholdsmessig, slik at idrettslag over hele landet enklere kan bruke våre ressurser. Vårt hovedbudskap er at klubber og idrettslag bør innføre og håndheve retningslinjer for alkohol for å skape trygge idrettsmiljøer.

Norway Cup

En av fire foreldre med barn i idretten har sett berusede foreldre på reiser eller overnatting under idrettsarrangementer. Norway Cup er det største idrettsarrangement i Norge – med 30 000 deltagende barn. Derfor gjennomførte vi en minikampanje med fokus på barn. Vi la vekt på ulike situasjoner som kan oppstå når foreldre drikker. Kampanjeuttakene ble vist på trikker over hele Oslo under Norway Cup-uka, i tillegg til at vi delte poster på sosiale medier og publiserte et innlegg sammen med NFF i Dagsavisen med tittelen «Idretten skal være trygg for alle – også på Norway Cup».

Sjekk ut de nye idrettssidene våre!



avogtil.no/alkohol-i-idretten

“

På Norway Cup er det barna som er hovedpersonene. Det er barna som skal få minner for livet. Men det er voksnes ansvar å legge til rette for at det blir en trygg og god opplevelse for alle på laget.

—Henrik Lunde, Norges Fotballforbund til Dagsavisen, 31. juli 2024.



Illustrasjonsbilde: JCDecaux



Øvrige tema

Ifølge strategien for 2020 til 2025 skal “Av-og-til 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”. I 2024 har Av-og-til deltatt i en rekke debatter om alkohol, og satt blant annet alkohol i arbeidslivet, promillekjøring, helseråd og markedsføring av alkohol på dagsorden.

Prinsesse-ginen

Av-og-til har vært en synlig stemme i debatter knyttet til de nye kostholdsrådene, muligheten for bøter ved brudd på reklameforbudet i alkoholoven – og kjente personligheters markedsføring av alkohol.

Et eksempel på sistnevnte er “prinsesse-ginen” som ble lansert i forbindelse med bryllupet til Märtha Louise og Durek Verrett i Geiranger. Vi har vært opptatt av å formidle viktigheten av reguleringer som virkemiddel for å redusere alkoholbruk i samfunnet.



Skjermdump: Dagsrevyen, 29. august 2024

Debatt om alkoholfrie soner

I 2024 reviderte mange kommuner sine alkoholpolitiske retningslinjer. Dette førte til flere debatter om skjenketider og alkoholfrie soner. Av-og-til bidrar med rådgivning overfor Av-og-til-kommuner, og forsøker å opplyse debatten ved å vise til totalkonsumteorien og sammenhengen mellom tilgjengelighet og konsum. Vi var blant annet på trykk hos alltinget.no med innlegget “Alkohol er en annerledes vare”.

“

Dette var på tide! Vi er glade for at det endelig vil koste å bryte alkoholoven. Dette er en seier, ikke minst for barn og unge som daglig utsettes for alkoholreklame i sosiale medier.

— Ragnhild Kaski, generalsekretær i Av-og-til til NTB om innføring av gebyr for brudd på reklameforbudet på alkohol.

Hovmesteren

Det foregår små og store, viktige og kanskje ikke så viktige debatter om alkohol i samfunnet. På tampen av året, på lille julaften, bidro vi med å opplyse befolkningen om hvilken promille hovmesteren kan forvente etter det årlige middagsselskapet.

“

Vi har ingen spesifikke råd til hovmestere som feirer med en grevinne og fire døde venner. Men på generelt grunnlag vil jeg anbefale å unngå at promillen blir for høy for kjapt. Det kan være smart å drikke annenhver uten alkohol. Om det er eplemost eller vann fra blomstervasen, velger man selv.

— Ragnhild Kaski, generalsekretær i Av-og-til til Dagbladet 23. desember 2024.

Arbeidsliv

I podkasten “Lederliv” kom generalsekretær Ragnhild Kaski med råd til ledere for å skape en god alkoholkultur på jobben.

Sjekk ut innlegget!



alltinget.no

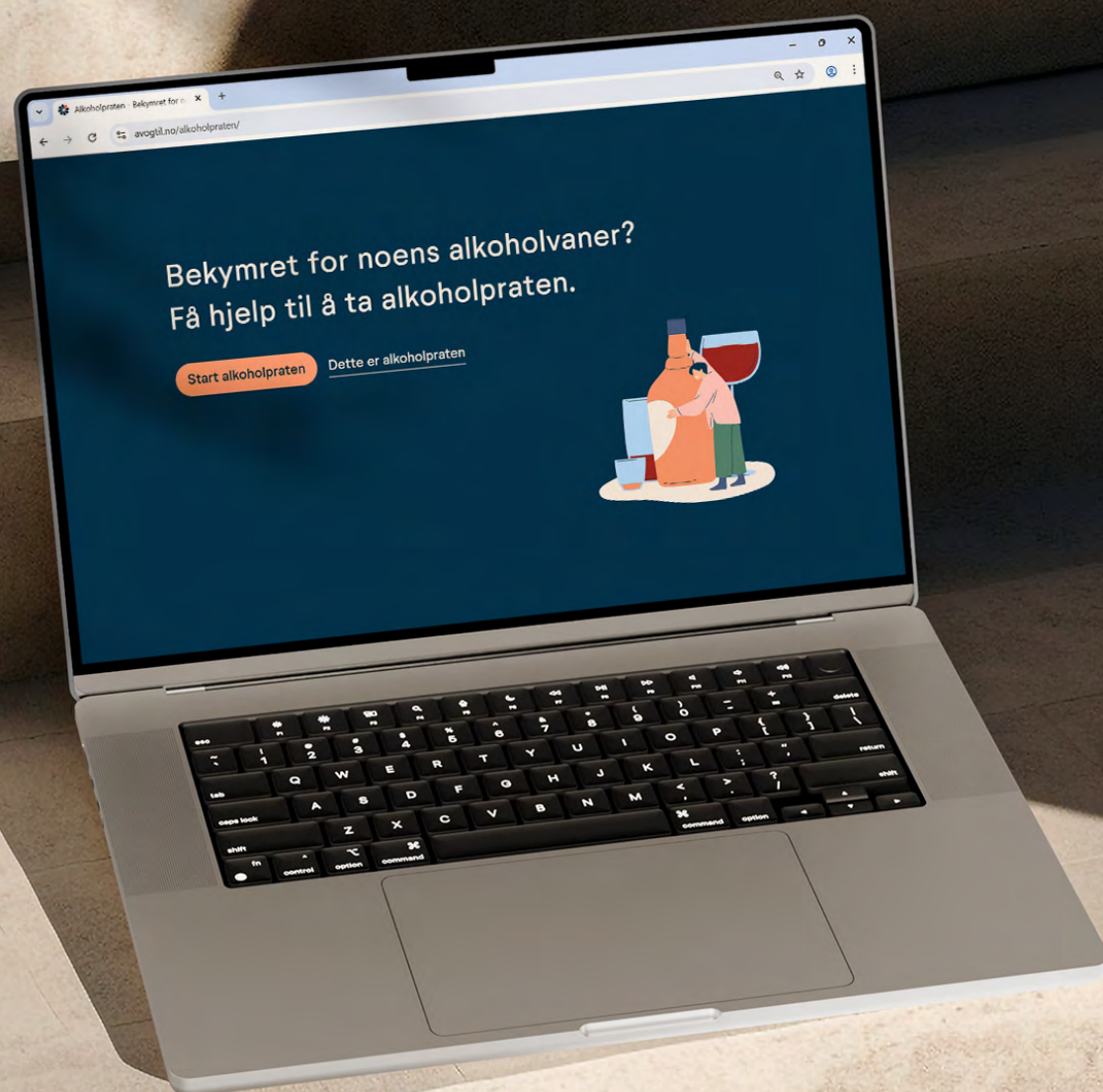


Skjermdump: Dagbladet, 23. desember 2024

Lytt til episoden!



shows.acast.com/lederliv



Alkoholpraten

Av-og-til skal 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. Vi vet at én av tre i Norge har vært bekymret for noens alkoholkonsum. Derfor utviklet vi i 2024 «Alkoholpraten» – et nettbasert verktøy for personer som er bekymret for noens alkoholkonsum. Målet er å hjelpe den som er bekymret på en konstruktiv måte, med et forlenget mål om at det kan være med på å endre drikkemønsteret til den det gjelder. Verktøyet er inspirert av det svenske verktøyet Alkoholsnacket, som driftes av vår svenske søsterorganisasjon IQ, og er utviklet i samarbeid med psykolog Fanny Duckert og Blå Kors Kompasset.

Tar bekymringen din på alvor

Verktøyet ble lansert i november, og vi sørget for nasjonal synlighet gjennom en to ukers kampanje under konseptet «Alkoholpraten tar bekymringen din på alvor». Målgruppen for kampanjen var alle som er, eller kommer til å bli, bekymret for noens alkoholbruk, og målet var at flest mulig skulle teste Alkoholpraten.

Mange skribler ned sine egne tanker når de er litt bekymret – i notatappen på mobilen, på en serviett, i dagboken sin. Vi ønsket å ta disse tankene, som du kanskje ikke tør å si høyt, på alvor. Basert på konseptet utviklet vi derfor en idé om å illustrere bekymrede personers indre dialog med seg selv gjennom flere uttak, rettet mot ulike målgrupper.

Annonseuttakene ble spredt i Meta for å nå ut bredt, og gjennom store digitale bannere i Aller-media for optimal synlighet.

Vi utviklet i tillegg en rekke nye nettartikler som dekket tematikken, samt ekspertartikler og tipssaker som ble brukt til blant annet re-targeting mot publikum som viste interesse for hovedannonsene.

Få mediene til å lenke til verktøyet

I pressearbeidet ønsket vi å støtte opp under målet om å få flest mulig til å teste verktøyet. Vi prøvde derfor å nå ut til litt andre medier enn dem vi vanligvis er i – hvor det var større sannsynlighet for at mediet nevnte Alkoholpraten med tekst, eller med lenke til verktøyet. Dette førte blant annet til oppslag i Magasinet Psykisk helse, Sunnhetsbladet, ViOver60, NRK Radio Pønsj, NRK Radio Godt selskap og klikk.no.

Ta bekymringen
din på alvor



avogtil.no/alkoholpraten

2.245.426

visninger av annonsene

61.766

klikk på annonsene

21.632

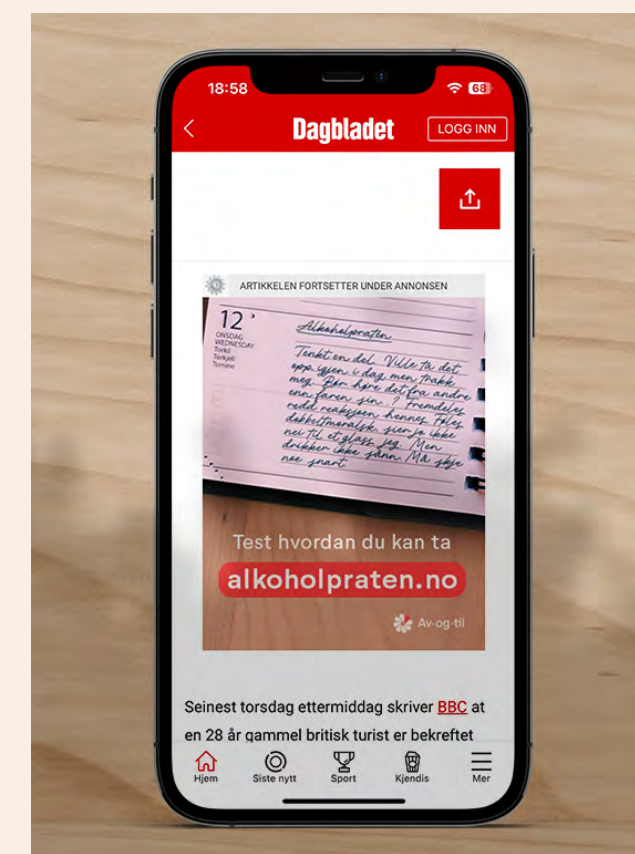
tok testen i kampanjeperioden

2.182

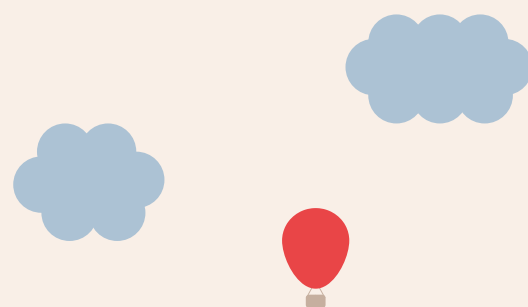
gjennomførte testen i kampanjeperioden

10 %

av de som åpnet testen gjennomførte



Sjermmdump: Dagbladet, 21. november 2024



Verktøyene våre

Samarbeid og lokal iverksettelse

Av-og-til skal være en samlende aktør som tilrettelegger for at organisasjoner, offentlige virksomheter og enkeltpersoner kan være med på å formidle budskapet om godt alkovett. 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 et høyt prioritert område i denne strategiperioden.

Kommunikasjon

Av-og-til skal kommunisere på en måte som motiverer, engasjerer og gjør det lettere for folk å endre alkoholvaner. Budskapet om alkovett 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 et tydelig standpunkt i saker som er viktige for målgruppen, og kommunisere på en måte som understreker samfunnsansvaret vårt.

Kompetanse og informasjon

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



Samarbeid og lokal iverksettelse

Av-og-til samarbeider med Av-og-til-kommuner over hele landet om lokaltilpasset alkoholforebygging. Sammen jobber vi for å forebygge og redusere alkoholskader og gjøre hverdagen tryggere for alle som bor i kommunen.

Stabilitet og fornyelse

Styrken i samarbeidet ligger i stabiliteten i tilbudet, kombinert med evnen til fornyelse – både initiert av Av-og-til og av kommunene selv. Kommunene og Av-og-til skaper synergier gjennom tett samarbeid.

Det er i kommunene folk bor, det er her de lever livene sine – og det er her forebyggingssarbeidet må skje. Alkoholforebygging har en naturlig plass i det lokale folkehelsearbeidet og kommunens arbeid med å sikre gode oppvekstmiljøer.

Et eksempel fra 2024, som viser hvordan kommunene selv definerer ressursene, er at helsesykepleierne i noen kommuner etterspurte

brosjyremateriell på andre språk enn norsk på temaet barn, foreldre og alkohol. I år utviklet vi derfor brosjyrer på ukrainsk, polsk, russisk, litauisk og engelsk, og gjorde dem tilgjengelig for alle Av-og-til-kommunene. Slik kan den viktige samtalen om alkohol med nye foreldre bli litt enklere for flere.

I år kom sju nye kommuner med i samarbeidet – og en rekke aktiviteter ble gjennomført i de 67 kommunene som var en del av samarbeidet.





Foto: Kai Chen / Chen Media

Energikonferansen 2024

Hvert år samler vi Av-og-til-kommunene til en todagers konferanse i Oslo. Også i 2024 bød programmet på stor variasjon med både interne og eksterne foredrag, tid til erfaringsutveksling mellom kommunene, og planlegging av det kommende året i den enkelte kommunen.

Vi fikk blant annet besøk av psykolog Jan-Ole Hesselberg, som holdt et innlegg om fordommer og endring av vaner. Rusforsker Willy Pedersen snakket om ungdom i dag – nysgjerrige på en edru livsstil, men også på kokain. Ann-Kristin Imenes fra KORUS sør fortalte om 11 viktige spørsmål innen temaet barn, foreldre og alkohol, og Helge Bjørnsen fra KORUS øst innledet om folkehelse og alkoholforebygging i planarbeid.

“

Eg føler eg er veldig heldig som får oppleve dette. Energikonferansen gir oss energi, for det kan være vanskeleg å sitte åleine med denne store jobben. Det er så utruleg godt å kunne dra på konferansen saman med samarbeidspartnarar frå kommunen, då blir planlegginga av aktiviteter for året noko heilt anna.

— Deltager på Energikonferansen i 2024.



Foto: Kai Chen / Chen Media

Om å være samsnakka på skolene

Parallelt med gjennomføringen av kampanjen om ungdom og alkohol ble også ressursene til Av-og-til-kommunene videreutviklet.

Flere av Av-og-til-kommunene har i mange år benyttet foredrag med manus, brosjyremateriell og andre ressurser i dialogen med tenåringsforeldre via skolene – tidligere kalt «Kjipe foreldre». Det nye opplegget heter «Samsnakka».

Ressursene til foreldremøter er tilgjengelige for lokal bruk ved den enkelte skolen, på det tidspunktet kommunene selv velger å sette temaet på agendaen. I forbindelse med større foreldremøter kan Av-og-til besøke lokale skoler og holde innlegg.

Digitale treff, fortløpende dialog og representasjon

Vi har videreført suksessen med digitale treff for Av-og-til-koordinatorene gjennom året. Møtene gir en unik mulighet til å dele informasjon og erfaringer på tvers. I gjennomsnitt deltar litt over 30 kommuner på møtene.

Det er løpende dialog med kommunene. De tar kontakt med spørsmål om budskap, kampanjer og samarbeid – men også om ulike dilemmaer knyttet til alkohol i kommunen. Av-og-til drar også på kommunebesøk. Det kan dreie seg om alt fra å holde interne workshops og faginnlegg for kommuneansatte, til bidrag på lokale arrangementer og signering av samarbeidsavtaler med kommuneledelsen.

“

Som en Av-og-til-kommune får vi tilgang på utrolig gode ressurser som hjelper oss i det rusforebyggende arbeidet i vår kommune. Det hjelper oss med å sette godt alkovett på dagsordenen for alle våre innbyggere. Jeg vil virkelig anbefale flere kommuner å bli en Av-og-til-kommune.

— Karen Asheim, Av-og-til-koordinator i Sola kommune, på Energikonferansen i 2024.



Wohoo, da er vi snart i gang med ny digital kaffeprat på teams, kl 08:30! ☕☀️
I dag avdukes ny kampanje på tema ungdom og alkohol, velkommen! 😊



Se film fra Energikonferansen 2024 her!



youtube.com

Et år med aktiviteter i 67 Av-og-til-kommuner!

Gjennom året engasjerer Av-og-til-kommunene seg på mange ulike måter for å nå ut med budskapet om alkovett til befolkningen. Her er noen av mange eksempler fra 2024.



12. november var det inspirasjonsdag i Holmestrand i forbindelse med videreføring av samarbeidet med Av-og-til. Samarbeidet har blitt en god hjelp for systematisk og planmessig forebyggende arbeid i Holmestrand siden oppstarten i 2020, fortalte Av-og-til-koordinator Monica Skytte Kristoffersen.



I juni fikk nabokommunene Etne og Vindafjord besøk av Marte Sletten, som har ansvaret for kommunesamarbeidet i sekretariatet. Av-og-til-koordinatorene i de to kommunene inviterte alle helsesykepleierne til fagdag med workshop på temaet barn, foreldre og alkohol.



Fra Fredrikstads skjærgård sendte ordfører Arne Sekkelsten en sommerhilsen til innbyggerne, om viktigheten av å være edru kapteiner i det fine sommerværet. Skjermdump: Fredrikstad kommune sin Facebook-side.



På Sarpsborg sin Mangfoldsdag 8. juni samarbeidet Av-og-til-koordinatorene i Sarpsborg og Fredrikstad om stand. “Vi møtte både de som støttet oss og kjente til arbeidet vårt, og de som ikke hadde hørt om Av-og-til tidligere. Bare positive opplevelser!” fortalte Liv-Torill Osland Lunde, Av-og-til-koordinator i Sarpsborg.



“Vårt samarbeid med Av-og-til kan gi oss økt kunnskap og drahjelp i forebyggende tiltak, spesielt med tanke på situasjoner der alkohol utgjør en risiko for en selv, for barn, familier og for andre”, sa ordfører Arnt Einar Bardal i Snåsa kommune på markeringen av at Snåsa har blitt Av-og-til-kommune. Faksimile: Snåsningen, 21. november 2024.



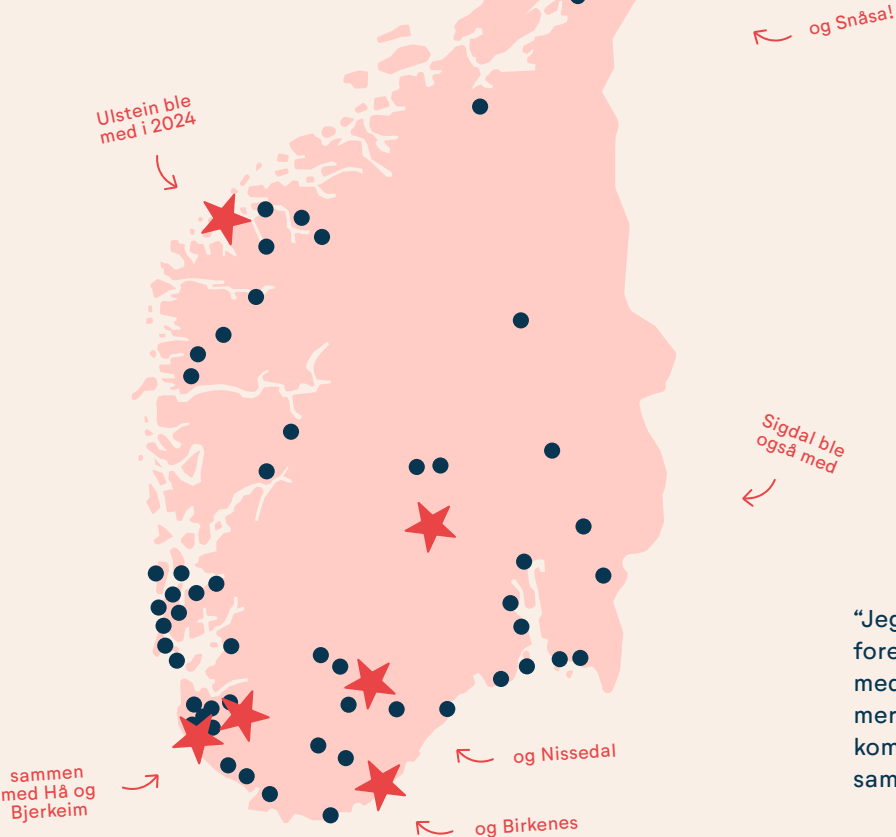
Av-og-til hadde en rekke felles medieutspill med Av-og-til-kommunene. Faksimile: Sandnesposten, 20. august 2024.



Bømlo kommune hadde Av-og-til-stand på kanaldagane 30.-31. august. “Det var mange innom standen, inkludert ordføreren. God dialog med dei som besøkte oss og god stemning i strålende sommarvær” sa Av-og-til-koordinator i Bømlo kommune, John Henrik Staveland Sæter.

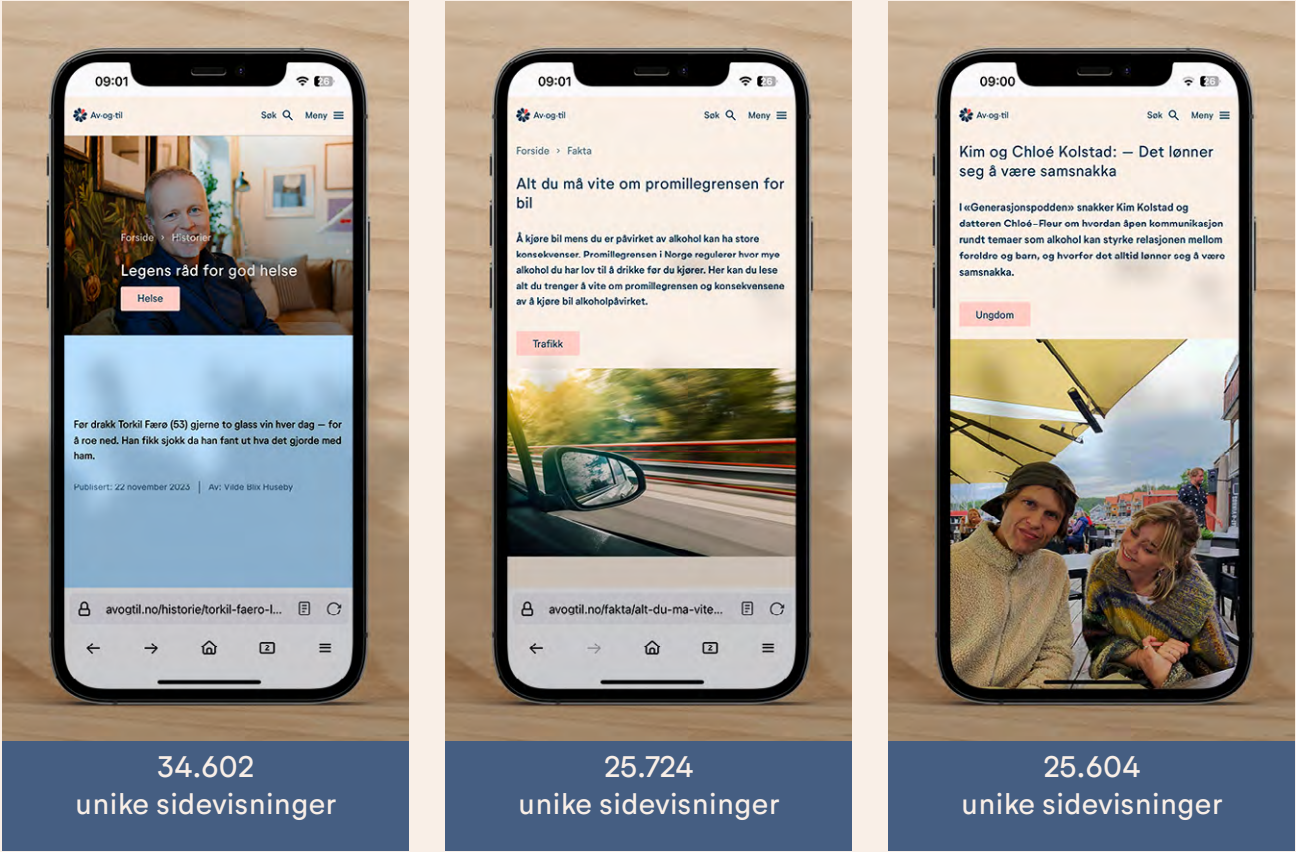


“Jeg mener dette er en viktig markering og en viktig milepæl i det forebyggende helsearbeidet vi gjør her i kommunen. Vårt samarbeid med Av-og-til er et skritt i riktig retning av en tryggere, sunnere og mer bevisst kommune i forhold til alkohol”, uttalte ordfører i Sigdal kommune, Vebjørn A. Seljord i forbindelse med signering av samarbeidsavtale med Av-og-til 15. mai.



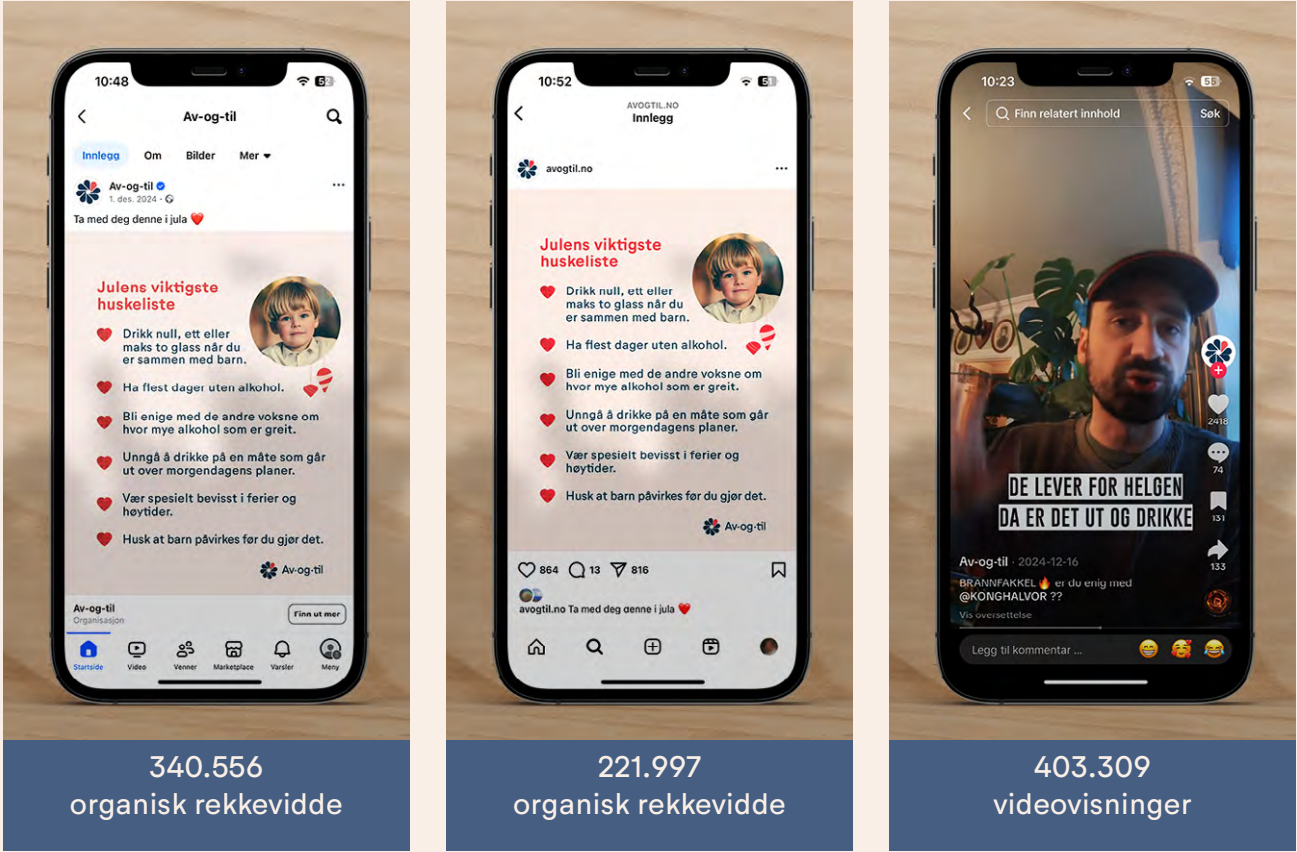
Nettside

Avogtil.no har vært en sentral kilde til kunnskap og refleksjon rundt alkohol. Gjennom fakta, personlige historier og praktiske verktøy har nettsiden belyst viktige temaer innen helse, barn og båtliv. Synlighet i søkemotorer har sikret jevn trafikk og synlighet for folk flest og journalister.



Sosiale medier

Av-og-til skal til enhver tid være til stede på de kanalene hvor vi finner folk flest. Derfor er vi også til stede på sosiale medier. I år har vi vært å finne på blant annet Facebook, Instagram og TikTok – og vi har snakket om alkovett med både unge, eldre og alle de i mellom.



Presse

Å være synlig i mediene er en viktig oppgave for Av-og-til, og fyller flere funksjoner. Det bidrar til synlighet og øker oppmerksomheten om alkohol som tema. Det er en arena for å øke kunnskap om alkoholens påvirkning på individet og samfunnet. Og gjennom å delta i det offentlige ordskiftet, alene eller sammen med andre, kan vi bidra med viktige perspektiver og motforestillinger i saker som angår oss.



Alkohol rundt barn

Vi har jobbet hardt for å øke bevisstheten om hvordan voksnes drikking kan påvirke barn og unge. Spesielt forsøker vi å skape oppmerksomhet om dette rundt høytid og ferier. I forbindelse med 17. mai tok vi til orde for at rollen alkohol har fått under nasjonalfeiringen kan være problematisk sett med barneøyne. Til sommerferien snakket vi sammen med Peder Kjøs om utfordringen, og i jula samarbeidet vi med artisten Maria Mena, som på Dagsrevyen delte synspunkter om alkohol rundt barn.

17. mai: - Ødelagt av voksnes drikking

Alkoholvettorganisasjonen med klokke klar advaret etter ny spørreundersøkelse.



Faksimile: Dagbladet, 15. mai 2024



Skjermdump: TV2, 11. juni 2024

Sammen står vi sterkere!

Vi har en rekke medlemmer, samarbeidsaktører og ildsjeler i ryggen som vi er glade og stolte over å få jobbe med. I året som gikk var vi ved flere anledninger ute sammen med andre for å styrke budskapet om alkove.

Sammen med et samlet båt-Norge oppfordret vi til å droppe alkohol i båt – og opplyste om farene knyttet til alkohol og båtliv.

Sammen med Pensjonistforbundet satt vi lys på overgangen til pensjonisttilværelsen, og hvordan den kan ha påvirkning på alkoholvanene våre.

Og sammen med blant andre Kreftforeningen, LHL, Rådet for psykisk helse, Diabetesforbundet og Nasjonalforeningen for folkehelsen har vi snakket om viktigheten av å inkludere råd om alkoholbruk i de nasjonale kostholdsrådene.

Pass på, pensjonister

Overgangen til pensjonisttilværelsen står for mange, og nye saker kan bli mer holdnings. Da er det viktig å tenke på pensjonisttilværelsen.



Faksimile: TV2, 20. juni 2024



Faksimile: Aftenposten, 5. mai 2024

Kompetanse og informasjon

Av-og-til skal være faglig oppdatert på alkohol- og forebyggingsfeltet, en referanseorganisasjon på feltet og sikre at befolkningen har kunnskapen de trenger for å ta gode valg for seg selv og helsen sin. Vi skal gjøre kunnskap og forskning om alkohol mer tilgjengelig, forståelig og relevant.

Hvert år gjennomfører Av-og-til befolkningsundersøkelser for å kartlegge holdninger og kunnskap i befolkningen om alkohol. Dette gir viktig innsikt, og tallene brukes blant annet til pressearbeid og i sosiale medier.

Ipsos gjennomførte på vegne av Av-og-til i 2024 en undersøkelse på web og postalt med totalt over 5000 intervju. I underkant av 3000 intervju på landsbasis og drøyt 3000 intervju i 25 utvalgte Av-og-til-kommuner.

Hvilke effekter eller endringer opplevde du etter å ha tatt en hvit måned (en pause fra alkohol en måned)?

33 %

mer energi og overskudd

35 %

bedre søvn

24 %

bedre treningsresultater

Kjenner du til sammenhengen mellom alkohol og brystkreft?

12 %

sier de kjenner til sammenhengen mellom alkohol og brystkreft

7 %

svarte det samme i 2021

Har du noen gang i løpet av de siste to årene fått informasjon, veiledning, råd og tips om alkoholbruk i din kommune?

69 %

nei, aldri fått dette

Er du og ungdommen samsnakket om alkohol?



Forfatterne oppfordrer foreldre i Fredrikstad til å bli samsnakket med tenåringer hjemme. Foto: Simen Skar

Av Marianne Bekker og Ragnhild Kaski, direktør for oppvekst i Fredrikstad kommune og generalsekretær i Av-og-til

Publisert: 11.10.24 17:47

Del

DEBATTINNLÉGG

Dette er et debattinnlegg, skrevet av en ekstern bidragsyter. Innlegget gir uttrykk for skribentens holdninger.

Et nytt skoleår er godt i gang. Nye klasser og elever skal bli kjent, og i nye sosiale sammenhenger er det sannsynlig at mange tenåringer prøver alkohol for første gang. Derfor er det viktig at foreldre og ungdommen er samsnakket om alkohol.

Har du hatt bekymringer knyttet til ungdom som eksperimenterer med alkohol? Da er du ikke alene.

I en ny undersøkelse Ipsos har gjennomført på oppdrag fra alkoholvettorganisasjonen Av-og-til, forteller nesten halvparten av foreldrene at de har vært bekymret for at ungdommen skal bli utsatt for vold, overgrep eller ulykker i forbindelse med alkohol og fest.

Fredrikstad kommune er en Av-og-til-kommune. Vi jobber forebyggende for å skape gode og trygge oppvekstmiljøer her hos oss. I dette arbeidet er samarbeidet med dere foreldre helt sentralt.

Faksimile: Fredrikstad Blad, 11. oktober 2024.

Visste du at Av-og-til er søkerorganisasjon hos Stiftelsen Dam? Les her om et spennende pågående prosjekt!

dam.no

36 Av-og-til Årsrapport 2024

Av-og-til Årsrapport 2024 37

Styret og de ansatte

43 frivillige organisasjoner støtter arbeidet med å fremme alkovett og står bak Av-og-til.

Årsmøte i september 2024 valgte følgende styre:

- Knut Haugsvær – Frelsesarmeen (styreleder)
- Marianne Andersen – Kreftforeningen (nestleder)
- Christian Kjekshus – LNU
- Heidi Greni – Senterpartiet
- Ingunn Foss – Høyre
- Camilla Øksenvåg – Nasjonalforeningen for folkehelsen
- Mai Lene Fløysvik Hæåk – Actis
- Per Tøien – Norges Idrettsforbund
- Marte Sletten – Av-og-til (ansattrepresentant)
- Mari Marthe K. Apenes – IOGT i Norge (vara)

Lederen velges på årsmøtet. Styret konstituerer seg selv med nestleder og eventuelle utvalg. Styret har hatt til sammen 5 styremøter, og behandlet 57 saker i 2024.

Sekretariatet er lokalisert i Torggata i Oslo. Per 31. desember besto staben av 10 medarbeidere: generalsekretær og kommunikasjonssjef, tre senior kommunikasjonsrådgivere, to kommunikasjonsrådgivere, to seniorrådgivere og én førstekonsulent. Alle stillingene i Av-og-til blir oppretthold under forutsetning av årlige bevilgninger.

Ansatte i løpet av 2024:

- Ragnhild Helene Kaski, generalsekretær
- Eli Marie Stavlund, kommunikasjonssjef
- Alexander Klüver Stenerud, seniorrådgiver kommunikasjon
- Anders Stenersen, seniorrådgiver kommunikasjon
- Christine Brown Vollen, seniorrådgiver kommunikasjon
- Felicia Noelle Donkor, kommunikasjonsrådgiver
- Kaia Indiane Lilleseth, kommunikasjonsrådgiver
- Karianne Myrvang, kommunikasjonsrådgiver
- Stina Katrine Bakken, seniorrådgiver
- Marte Sletten, seniorrådgiver
- May-Linn Lauritzen, førstekonsulent

Økonomi og regnskap

For å gjøre arbeidet til Av-og-til mest effektivt utarbeides det målrettede kampanjer for hvert år. Det legges stor vekt på god organisering, og på at virkemidlene skal være kostnadseffektive. Styret i Av-og-til har lagt opp til en fleksibel virksomhetsplan. Dette skyldes Av-og-til sin egenart, og at inntektene i hovedsak er basert på driftstilskudd fra Helsedirektoratet.

Aktivitetsnivået er avhengig av tilskuddets størrelse. Forutsetning for fortsatt drift er til stede, og årsregnskapet for 2024 er satt opp på bakgrunn av dette.

INNTEKTER

Inntektene i 2024 var på i alt 24 168 461 kr. Av

de totale inntektene utgjorde bevilgninger fra Helsedirektoratet 21 375 000 kr. Av andre inntekter mottok Av-og-til 2 680 261 kr i moms-kompensasjon, og medlemskontingenten beløp seg til 20 000 kr.

KOSTNADER

Kostnadene i 2024 var på i alt 24 682 058 kr. Det ble satset betydelig på informasjons- og kampanjevirkosomhet, og på systematisk nett-verksarbeid og kartleggingsvirkosomhet.

RESULTAT

Årsresultatet viser et driftsresultat på – 513 597 og et ordinært resultat på – 264 351 kr.

Resultatregnskap 2024

	Note	2024	2023
DRIFTSINNTEKTER			
Kontingenter		20 000	20 500
Grunntilskudd	2	21 375 000	21 454 700
Andre inntekter (mva komp)		2 773 461	2 932 976
Sum driftsinntekter		24 168 461	24 408 176
DRIFTSKOSTNADER			
Lønnskostnader	3	7 805 030	6 881 527
Andre personalkostnader	3	532 205	769 416
Fremmede tjenester		979 315	1 369 753
Reise/Diett		172 767	143 588
Kontorkostnader inkl.elektrisitet og renhold		908 187	853 465
Telefon/porto/kopi/trykksaker		600 046	560 372
Inventar/edb		1 665 018	302 985
Kampanjer og materiell/arrangementer		8 206 613	9 205 849
Møter/kurs		330 825	165 310
Annonser		1 480 616	814 161
Diverse utgifter		92 562	70 860
Markedsundersøkelser		1 908 875	2 336 825
Sum driftskostnader		24 682 058	23 474 111
DRIFTSRESULTAT		- 513 597	934 065
FINANSIELLE INNTEKTER OG KOSTNADER			
Annen renteinntekt/finansinntekt		249 245	110 554
Annen rentekostnad/finanskostnad			36
Netto resultat av finansielle inntekter og kostnader		249 245	110 518
ORDINÆRT RESULTAT		- 264 351	1 044 583
ÅRSRESULTAT		- 264 351	1 044 583
OVERFØRINGER TIL EGENKAPITAL			
Overføring til/fra annen egenkapital	4	- 264 351	1 044 583
Sum overføringer egenkapital		- 264 351	1 044 583

Balanse

	Note	31.12.2024	31.12.2023
EIEDELER			
OMLØPSMIDLER			
Fordringer			
Kundefordringer	1	3 000	500
Kortsiktige fordringer	2	1 102 560	1 287 265
Sum fordringer		1 105 560	1 287 765
Bankinnskudd, kontanter og lignende		8 725 876	9 277 713
Sum totale omløpsmidler		9 831 436	10 565 478
SUM EIEDELER		9 831 436	10 565 478

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2024	2023
EGENKAPITAL			
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	4	3 528 471	3 792 822
Sum opptjent egenkapital		3 528 471	3 792 822
Sum total egenkapital		3 528 471	3 792 822
GJELD			
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		3 889 627	4 757 558
Skyldige offentlige avgifter		506 895	591 728
Annen kortsiktig gjeld	2	1 906 443	1 423 369
Sum kortsiktig gjeld		6 302 965	6 772 655
Sum total gjeld		6 302 965	6 772 655
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		9 831 436	10 565 478

Oslo, mars 2025		
Styret i AV-OG-TIL		
Knut Haugsvær (e-signert) Leder	Per Tøien (e-signert)	Mai Lene Fløysvik Hæåk (e-signert)
Ingunn Alice Biktjørn Foss (e-signert)	Heidi Greni (e-signert)	Camilla Faarlund Øksenvåg (e-signert)
Marianne Andersen (e-signert)	Christian Kjekshus (e-signert)	Marte Sletten (e-signert) Ansatterepresentant
Ragnhild Helene Kaski (e-signert) Generalsekretær		

Noter

Note 1 – Regnskapsprinsipper

Generelt
Regnskapet er utarbeidet i overensstemmelse med regnskapsloven og god regnskapsskikk (GRS) for små foretak så langt det passer.

Organisasjonen er ikke skattepliktig.

Klassifisering av eiendeler og gjeld
Eiendeler bestemt til varig eie eller bruk er klassifisert som anleggsmidler. Andre eiendeler er klassifisert som omløpsmidler. Fordringer som skal tilbakebetales innen et år er klassifisert som omløpsmidler. Ved klassifisering av langsiktig og kortsiktig gjeld er samme regel lagt til grunn.

Note 2 – Tilskudd

Tilskudd fra Helsedirektoratet, utgjør for 2024 kr 21 375 000.

Av-og-til er ansvarlig søker til Stiftelsen DAM for prosjekt med St. Olavs hospital, hvor de utfører og rapporter på prosjektet. Prosjektet er ikke en del av Av-og-til sitt regnskap. Ubenyttede midler med kr 466 000 som overføres til neste år på dette prosjektet er ført opp som fordring og gjeld i balansen til Av-og-til per 31.12.2024.

Note nr. 3 – Lønnskostnader, antall ansatte, godtgjørelse etc.

Lønnskostnader	2024	2023
Lønninger	6 814 240	5 986 886
Arbeidsgiveravgift	990 790	894 642
Pensjon, andre kostander	532 205	769 416
SUM	8 337 235	7 650 943

Antall årsverk	10,2	9,5
----------------	------	-----

Note nr. 4 – Annen egenkapital

Annen egenkapital	
Egenkapital 01.01.	3 792 822
Årsresultat	-264 351
Egenkapital 31.12.	3 528 471

Til styret i
Av-og-til

UAVHENGIG REVISORS BERETNING

Konklusjon

Vi har revidert Av-og-til sitt årsregnskap som viser et underskudd på kr 264 351. Årsregnskapet består av balanse per 31. desember 2024, resultatregnskap for regnskapsåret avsluttet per denne datoen og noter til årsregnskapet, herunder et sammendrag av viktige regnskapsprinsipper.

Etter vår mening

- oppfyller årsregnskapet gjeldende lovkrav, og
- gir årsregnskapet et rettviseende bilde av foreningens finansielle stilling per 31. desember 2024 og av dets resultat for regnskapsåret avsluttet per denne datoen i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge så langt det passer.

Grunnlag for konklusjonen

Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med de internasjonale revisjonsstandardene International Standards on Auditing (ISA-ene). Våre oppgaver og plikter i henhold til disse standardene er beskrevet nedenfor under Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet. Vi er uavhengige av foreningen slik det kreves i lov, forskrift og International Code of Ethics for Professional Accountants (inkludert internasjonale uavhengighetsstandarder) utstedt av the International Ethics Standards Board for Accountants (IESBA-reglene), og vi har overholdt våre øvrige etiske forpliktelser i samsvar med disse kravene. Innhentet revisjonsbevis er etter vår vurdering tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon.

Ledelsens ansvar for årsregnskapet

Ledelsen er ansvarlig for å utarbeide årsregnskapet og for at det gir et rettviseende bilde i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge. Ledelsen er også ansvarlig for slik intern kontroll som den finner nødvendig for å kunne utarbeide et årsregnskap som ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil.

Ved utarbeidelsen av årsregnskapet må ledelsen ta standpunkt til foreningens evne til fortsatt drift og opplyse om forhold av betydning for fortsatt drift. Forutsetningen om fortsatt drift skal legges til grunn for årsregnskapet så lenge det ikke er sannsynlig at virksomheten vil bli avviklet.



Revisorgruppen
Akershus AS
Postboks 335
N-1411 Kolbotn

Besøksadresse:
Rosenholm Campus
Rosenholmveien 25

Tlf.: +47 66 81 79 00
E-post: akershus@rg.no

Foretaksregisteret
NO 967 604 364 MVA

www.rg.no

Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet

Vårt mål er å oppnå betryggende sikkerhet for at årsregnskapet som helhet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil, og å avgi en revisjonsberetning som inneholder vår konklusjon. Betryggende sikkerhet er en høy grad av sikkerhet, men ingen garanti for at en revisjon utført i samsvar med ISA-ene, alltid vil avdekke vesentlig feilinformasjon. Feilinformasjon kan oppstå som følge av misligheter eller utilsiktede feil. Feilinformasjon er å anse som vesentlig dersom den enkeltvis eller samlet med rimelighet kan forventes å påvirke de økonomiske beslutningene som brukerne foretar på grunnlag av årsregnskapet.

For videre beskrivelse av revisors oppgaver og plikter vises det til <https://www.revisorforeningen.no/revisjonsberetninger>

Trollåsen, 10. mars 2025
Revisorgruppen Akershus AS

Håkon Mæland
Statsautorisert revisor

Dokumentet er elektronisk signert.



Elektronisk signatur

Signert av

Mæland, Håkon



Dato og tid (UTC+01:00) Central European Time (Berlin) (DD.MM.YYYY HH:MM:SS)

12.03.2025 13:44:03

Signaturmetode

Norwegian BankID

Medlem av UHY International, en sammenslutning av uavhengige revisjons- og konsultentselskaper



Statsautoriserte
revisorer

Medlem av UHY International, en sammenslutning av uavhengige revisjons- og konsultentselskaper



www.rg.no

Disse står bak Av-og-til

Av-og-til har 43 medlemsorganisasjoner:

- Acta – barn og unge i Normisjon
- Actis – Rusfeltets samarbeidsorgan
- Arbeiderbevegelsens Rus- og Sosialpolitiske Forbund
- Arbeidernes Ungdomsfylkning (AUF)
- Arbeiderpartiet
- Barn av rusmisbrukere (BAR)
- Blå Kors
- Det Hvite Bånd
- DNT – Edru Livsstil
- FORUT
- Forbundet Mot Rusgift
- Frelsesarmeen
- Høyres Hovedorganisasjon
- IOGT i Norge
- Internasjonal helse- og sosialgruppe (IHSG)
- Ja, det nytter!
- Juvente
- Juba
- Kirkerådet
- Kristelig Folkeparti
- Kristelig Folkepartis Ungdom
- Kristen idrettkontakt
- Ung i trafikken
- MA – Rusfri trafikk
- Noregs Ungdomslag
- Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité
- Norges KFUK-KFUM
- Norges KFUK-KFUM-speidere
- Norges Røde Kors
- Norges Speiderforbund
- Normisjon
- Norsk Helse- og Avholdsforbund
- 4H Norge
- Personskadeforbundet LTN
- Rusfri oppvekst
- Rød Ungdom
- Rødt
- Senterpartiet
- Senterungdommen
- Sosialistisk Venstreparti
- Ungdom og Fritid
- Ungdom mot narkotika