

MOTDRÄG

NR 4
2015

EN TIDNING FRÅN UNGDOMENS NYKTERHETSFÖRBUND

NYKTERHETSREKORD
BLAND UNGDOMAR

FEST OCH ALLVAR
PÅ KONGRESSEN

SJU BRA SKÄL
ATT VARA NYKTER

Ovanlig

ALKOHOLHETSEN ÄR STARK I STUDENT-
VÄRLDEN MEN DANIEL FESTAR NYKTER

ÅSIKTEN: "Det behövs mer alkoholfritt på festivaler"

Hej!

Om Motdrag:

Motdrag har funnits i 35 år. Vi lyfter fram frågor som har med nykterhet, demokrati och folkrörelse att göra.

"JAG KÄNDE MIG SÅ HIMLA UTANFÖR NÄR JAG INTE DRACK"

Jag ville så gärna att de skulle tycka om mig. Att jag skulle få nya vänner. Men tydligen kunde min nya universitetsklass bara lära känna varandra genom att dricka alkohol. Och jag kände mig så himla utanför när jag inte drack. Studentvärlden är på många sätt en speciell värld, där alkoholnormen – alltså att det anses normalt att dricka – är väldigt stark. Om du har börjat i en ny klass eller flyttat till en ny stad och känner dig utanför för att du är den enda nykteristen – tänk då på det här:

1. Det går över. Du kommer inte gå i den här klassen för alltid. Och ärligt talat, folk som inte accepterar dig för den du är, är inte mycket att ha till vänner.

2. Du är inte ensam. Unga dricker historiskt lite alkohol. Och allt fler börjar få upp ögonen för hur stark och sjuk alkoholnormen är.

3. Var stolt! Du vågar stå upp för något som du tror på. Och bara din närvaro hjälper andra att också våga stå emot alkohol.

I det här numret av Motdrag, vid terminsstarten, skriver vi både om alkoholhelsen i studentvärlden, om varför unga dricker rekordlite alkohol och listar bra anledningar att vara nykter. Där kan du förhoppningsvis också hitta pepp!

Lina Mattebo

REDAKTÖR

LINA.MATTEBO@UNF.SE



5



6



12



22



24

- 4 Nyheter
- 6 Kongressen
- 16 Bryt på turné
- 20 Listan
- 23 Vår förening
- 25 Åsikter
- 26 UNF-aktuellt

MOTDRAG ges ut av Ungdomens Nykterhetsförbund, www.unf.se

Redaktör Lina Mattebo
Ansvarig utgivare Imse Nilsson
E-post motdrag@unf.se
Telefon 08-672 60 66
Postadress Box 12825,
112 97 Stockholm
Prenumeration
Vill du ändra adress eller
ha ett eget ex av Motdrag?
Mejla motdrag@unf.se.

Tidningen kostar 120 kronor/år
för icke-medlemmar.
Grafisk form Sara Bergfors och
Lena Fredriksson/Oktavilla
Layout Pontus Landström
Omslagsfoto Malin Grönberg
Tryck V-TAB Vimmerby
ISSN 0280-3348
TS-kontrollerad upplaga
TS-distribution 9 200 ex (2014)

Redaktionen ansvarar inte för insänt
ej beställt material.
Redaktionskommitté
Philippe Günter Bäckström,
Katja Byström, Anna Magnusson
och Ida Tuolja.
Taltidning Motdrag finns också som
taltidning. Kontakta Motdrag.
Hen Motdrag använder ibland köns-
neutrala hen istället för han eller hon.

Det här är UNF:

Ungdomens Nykterhetsförbund, UNF,
är Sveriges främsta ungdomsorgani-
sation som arbetar för en helnykter
livsstil.
Vi finns i cirka 125 föreningar över
hela landet och i verksamheten finns
så skilda saker som teater, discon,
studiecirklar och kaféer.
Vi är partipolitiskt och religiöst
obundna, men vi agerar politiskt.

Vi låter politikerna veta vad vi tycker
i frågor som är viktiga för oss. Vi skr-
iver insändare och gör ölköpskontroller
för att se om butikerna säljer alkohol
till minderåriga.
Vår verksamhet bygger på demokrati
och internationellt arbete. Medlem
i UNF kan alla mellan 13 och 25 år
vara, och just nu är vi ungefär 6300
stycken.

GÖTEBORG ÄR BÄST PÅ FRITID FÖR UNGA

Fler än hälften av Sveriges kommuner får underkänt i UNF:s undersökning av kommunernas satsningar på ungas fritid. Det är fjärde året i rad som UNF har undersökt hur bra kommunerna är på att ge unga inflytande, skapa nyktra mötesplatser, samarbeta med föreningsliv och ha förebyggande arbete vid högtider.

Undersökningen visar bland annat att nästan alla kommuner erbjuder nyktra och kostnadsfria nyktra mötesplatser, som fritidsgårdar, men att bara hälften av dem är öppna på helgkvällar. I år fick 44 procent av kommunerna godkänt, jämfört med 49 procent i fjol. Betyget tre räknas som godkänt och fem är högsta betyg. Av Sveriges 290 kommuner har i år 257 stycken deltagit i undersökningen.

LINA MATTEBO

Topp 5

1. Göteborg (5,0)
2. Stockholm (4,9)
3. Skellefteå, Västerås (4,7)
4. Karlstad, Ludvika (4,5)
5. Borås, Kalmar, Malmö, Örebro (4,4)

Botten 5

1. Aneby (0,7)
2. Kil (0,9)
3. Lessebo, Ragunda (1,1)
4. Mariestad, Nykvarn (1,2)
5. Båstad, Gullspång, Hallsberg, Munkedal, Svenljunga, Ydre, Åsele (1,4)



FOTO: LINA MATTEBO

TRIO LEDER UNF PÅ NYA VÄGAR

På UNF:s kongress blev Eric Tegnander omvald som förbundsordförande för UNF. Dessutom valdes Isabelle Benfalk och Max Johansson till vice ordförande.

– Det känns mycket bra! säger Eric Tegnander och fortsätter: – Under mina två år som

ordförande har jag bland annat insett att det är viktigt att vara starka internt för att bli starkare externt. Så det ska vi jobba mer med nu.

På sidorna 12-15 kan du lära känna Isabelle och Max bättre. I Motdrag nummer 4 2013 finns en längre intervju med Eric.

UNF <3 PRIDE

När årets Pridefestival anordnades i Stockholm i augusti var UNF på plats.

– Det är jätteviktigt att UNF inte bara syns där alkohol är i fokus, utan också kring frågor om solidaritet och demokrati. Och Pride handlar ju verkligen om solidaritet, att acceptera varandra oavsett vem man är, säger Fredrik Sjöström från UNF Stockholm.

Runt 30 personer gick med UNF i paradtaget. Med sig hade de en stor UNF-flagga och skyltar med budskap som "Gör slut med alkoholnormen", "Medberoende – bryt tystnaden" och "Queer och nykter".



frågan

OM DU VAR STATS-MINISTER FÖR EN DAG



Francesco Wagner, 19 år, Säter:

– Då skulle jag höja alkohol- och tobaksskatten till astronomiska höjder. Och bestämma att värnplikten ska genomföras på nytt.



Anna Turesson, 17 år, Eskilstuna:

– Alkoholnormen skulle vara en stor fråga för mig. De som har och har haft problem med droger och brottslighet ska få mer hjälp, inte bara fängelse. Alla är värda en andra chans!



Richard Krey, 25 år, Storå:

– Jämlikheten mellan kvinnor och män är inte alls bra nu. Det är inte rättvist i andra länder och inte alltid i Sverige heller. Så det vill jag förändra. Och att det blir mindre krig!



Tilda Langland, 17 år, Visby:

– Då skulle jag bestämma att energidrycker endast ska säljas på Systemet och införa könsneutrala omklädningsrum på varje skola så att alla ska känna sig trygga.



Karin Åkerlund, 15 år, Järbo:

– Jag skulle inte vilja bestämma ensam, utan skulle definitivt ta vara på demokratin. Men jag tycker att straffen för brott som utförs brukar bli för låga. Som att vi i Sverige är alldeles för snälla.

ENKÄT OCH FOTO

PHILIPPE GÜNTHER BÄCKSTRÖM



IOGT-NTO FÅR VINST FRÅN VIN

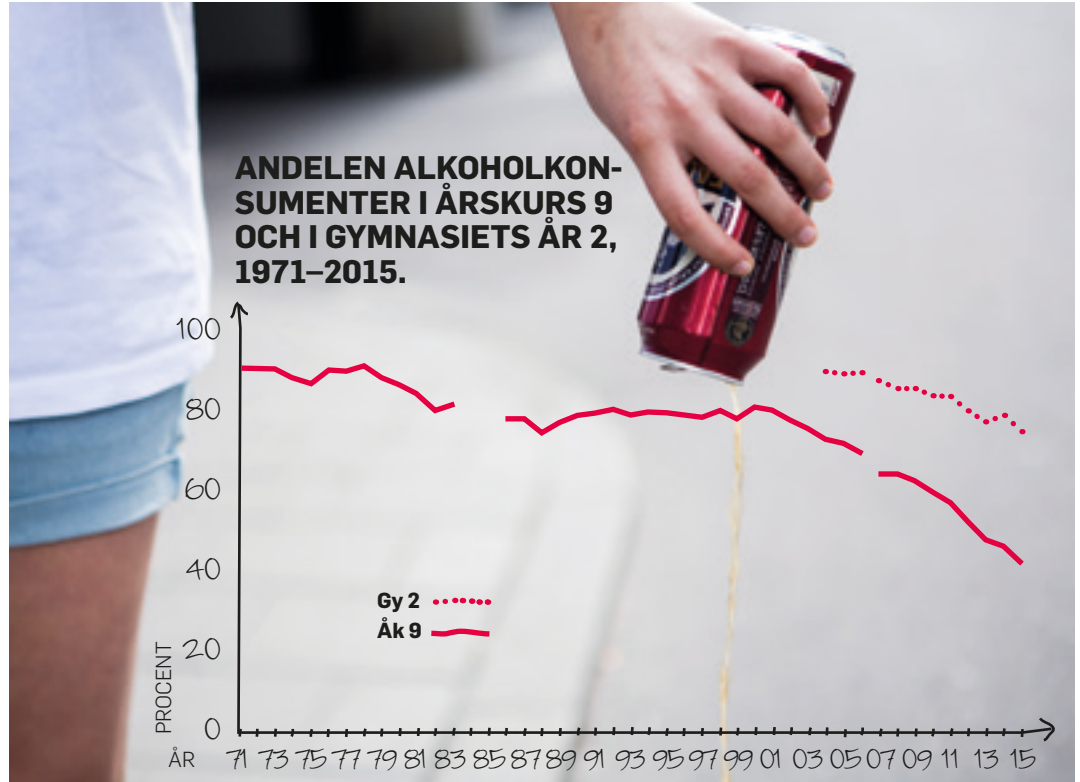
GodDryck. Så heter ett nystartat företag som bara säljer alkoholfria drycker och där all vinst går till välgörenhet, bland annat till IOGT-NTO. Deras första dryck är ett ekologiskt vitt mousserande alkoholfritt vin som heter Goda Bubblor. Men fler alkoholfria drycker är på väg.

DROGER DÖDAR FLER

Antalet personer i Sverige som dog på grund av droger ökade med 30 procent från 2013 till 2014. Det visar siffror från Socialstyrelsens dödsorsaksregister. Utredare på Socialstyrelsen tror att ökningen beror på ett ökat missbruk eller på förändrade analysmetoder inom rättsmedicinen.

"JAG HAR ALDRIG DRUCKIT!"

Programledaren och komikern **Gina Dirawi** berättar i podcasten Värvet att hon aldrig har druckit alkohol eftersom hon är övertygad om att hon skulle få "så jävla mycket ångest".



Rekordfå unga dricker alkohol

Kan bero på internet!

Mindre än hälften av eleverna i årskurs nio har druckit alkohol det senaste året, visar en undersökning från CAN. Det är historiskt låga siffror.

Niondeklassarna dricker rekordlite alkohol. Det visar siffror från årets undersökning av skolelevers drogvanor, som Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN, har gjort. I år svarade 42 procent att de hade druckit alkohol det senaste året. Det är den lägsta siffran sedan under-

sökningen började år 1971, då runt 90 procent drack alkohol.

– Det är definitivt så att färre och färre unga dricker alkohol. Och den positiva nergången har pågått under flera år nu, säger Siri Thor, utredare på CAN.

Bland elever i årskurs två på gymnasiet är det en fjärdedel som inte har druckit alkohol det senaste året. Även det är rekord. Utredarna på CAN tror att minskningen kan bero på flera saker, som att unga umgås mer via internet, att drogförebyg-

gande insatser har lyckats och att fler ungdomar har bakgrund i icke-alkoholkulturer.

– Det är fantastiskt och roligt. Det har ju pratats ett tag om en nykterhetstrend bland unga och i samhället, men nu har det varit så långvarigt att jag tycker att man kan sluta att prata om en trend och i stället konstatera att unga i dag är nyktrare i större utsträckning, säger UNF:s ordförande Eric Tegnander.

TEXT OCH FOTO **LINA MATTEBO**

Siffrorna för 2015 är preliminära.

UNF HEDEMORA FIXADE NYKTER KONSERT MED SEBBE STAXX

En solig fredagskväll i slutet av augusti arrangerade UNF i Hedemora, tillsammans med Junis och IOGT-NTO, det största musikevent som Hedemora i Dalarna troligen har skådat. Det stora dragplåstret var Sebbe Staxx och Kartellen.

– Det känns kul och stort att Sebbe Staxx ville komma hit, säger Lovisa Fredriksson, från UNF i Hedemora.

– Vi ville visa ungdomar att man kan festa och ha kul utan alkohol. Annars är det ganska vanligt att ungdomar dricker här. Det finns tyvärr inte så mycket annat att göra, fortsätter UNF:aren Christopher af Ekenstam.

Eftersom de inte hunnit göra så mycket reklam var publiken mindre än önskat men kvällen blev ändå magisk.

MARIA ZAITZEWSKY RUNDGREN



Populärt med alkoholfritt i Almedalen

3500 stycken. Så många alkoholfria drinkar serverade UNF:are under Almedalsveckan där många annars minglar med alkohol.

Almedalsveckan har arrangerats på Gotland i över 45 år. Här möts politiker, ideella organisationer, journalister och allmänt nyfikna för att mingla och diskutera viktiga frågor. Men många gör det

med ett vinglas i handen. Därför har Almedalsveckan både kallats för Sveriges största politiska mötesplats och för Rosédalen.

– Ska man prata politik tycker jag att man ska vara klar i huvudet, säger UNF:aren Ellenore Öhgren.

Under veckan serverade därför hon och sex andra UNF:are den alkoholfria Almedalsdrinken på olika arrangemang.

– Den var jättopulär! Vi delade ut över 3500 drinkar!

Almedalsdrinken har funnits sedan 2012. Syftet är att bryta alkoholnormen och ge alla

– även till exempel unga under 18 år och personer med alkoholproblem – möjlighet att dricka något gott under Almedalsveckan.

För Ellenore var det första besöket på Almedalsveckan, men helt troligt inte det sista.

– Hela upplevelsen var jättehäftig, att man var så nära inpå politikerna och att få blanda drinkar. Det var nog en av de roligare sakerna som jag har gjort med UNF!

Bakom Almedalsdrinken står ett nätverk av organisationer som på olika sätt arbetar med alkoholfrågan, bland annat UNF.

LINA MATTEBO



UNF:s ordförande på tv!



FOTO: PIERRE ANDERSSON

8 AV 11
SÅLDE
ÖL TILL
UNGA

Under Almedalsveckan hade årets deltagare i utbildningen Högjaren Drogpolicy sin sista träff. Genom att gå på olika seminarium och träffa politiker fick de lära sig ännu mer om drogpolicy och påverkansarbete.

– Det var en häftig upplevelse för jag har inte pratat med så många politiker tidigare, säger Jane Segerblom från Vetlanda som under utbildning-

en också har startat ett drogpolitiskt utskott i Jönköpings distrikt.

En kväll gjorde UNF:arna en utköpskontroll i Visby. Åtta av de elva uteserveringar de besökte serverade alkohol till minderåriga.

– Det var min första utköpskontroll och jag blev ganska chockad över att så många sålde ut. Efteråt polisanmälde vi krogarna, säger Jane.

HALLÅ DÄR NATHALIE CARLRYD...



... som är UNF:s nya vikarierande generalsekretär. Hur känns det att vara UNF:s

Nathalie Carlryd. högsta chef?

– Alltså, det är ju sketkul! Men det är också med stor vördnad jag tar mig an det här uppdraget. Jag har lagt ner hela min själ och mitt hjärta i UNF. Så UNF betyder oerhört mycket för mig som person, inte bara som tjänsteman.

Vad är det bästa med UNF?

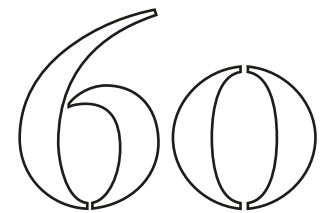
– Att vi är en folkrörelse, en drogfri gemenskap som grundar sig i solidaritet, nykterhet och demokrati. Vi behövs, vi gör skillnad och vi är livsviktiga, vi bidrar till mer meningsfull fritid och ett meningsfullt liv. Jag känner mig trygg, sedd och uppskattad av UNF, och så hoppas jag att våra medlemmar känner också!

Vad är UNF:s största utmaning?

– Att balansera det moderna civilsamhällets utveckling med att behålla folkrörelseandan, komma ihåg varifrån vi kommer men också vart vi är på väg. Vi behöver ständigt utmana demokratin, solidariteten och nykterheten i övriga samhället, vi får aldrig bli bekväma!

LINA MATTEBO

UNF:s nuvarande generalsekretär Imse Nilsson är studieledig.



60 procent av högstadiungdomarna har inte haft någon undervisning om alkohol i skolan under det senaste läsåret. Det visar en undersökning från Prata Om Alkohol.

Fest, viktiga beslut, tårar och teater. UNF:s kongressvecka i Lund var fullspäckad. Motdrag var såklart på plats – både vid förhandlingar, på dansgolvet och under temaspåren.

WE GIVE YOU: UNF:S KONGRESS 2015!

TEXT OCH FOTO LINA MATTEBO

Den stora festen

Tisdag 13.21

Malin Thorson, som i några få dagar till är förbundsordförande för UNF, går upp i talarstolen i förhandlingssalen.

– Här på kongressen ska vi prata om vad vi ska göra framöver och vad UNF ska vara. Men vi gör det för att vi har en vision om att förändra samhället och världen. Så tänk på det under veckan: vad kan vi göra för att skapa en solidarisk och demokratisk värld fri från droger? inleder hon.

Nere i bänkarna bland de andra ombuden sitter Leo Rudberg. Han är förväntansfull. Det är Leos första kongress eftersom han blev medlem i UNF i början av det här året.

– Det känns mäktigt att få vara med när vi som folkrörelse formar vår egen framtid och världens framtid. Att bestämma hur vi går från ord till handling, säger han.

Ganska snart går Leo upp i talarstolen för första gången. Först är han lite nervös, men det går snabbt över.

– Det känns fint och bra att som väldigt ny medlem vara så inkluderad att jag kan våga gå upp och lägga förslag, precis som alla andra i rummet, säger han.

Tisdag 15.05

På den så kallade kongressmässan pågår det aktivitet i varje hörn. Här lägger ombuden nya yrkanden, diskuterar förslag, lär sig mer om retorik och lyfter viktiga frågor i speakers corner. Många tar också chansen att tycka till om hur mycket tid de olika frågorna borde få under kongressförhandlingarna. Therese Dahlén från Dalarnas distrikt funderar fram och tillbaka innan hon placerar sina färgglada cirklar på de frågor hon tycker är viktigast.

– Överlag tycker jag att arbetsplanen är väldigt viktig. Den styr ju UNF två år framöver. Och nu finns det ett motförslag till förbundsstyrelsens förslag, så det ska bli spännande att följa, säger hon.

Onsdag 23.42

Luften är blå, rosa, grön och lila. Det lilla klassrummet har, precis som varje kväll, förvandlats till ett

Fortis på västra uppdrag

Han sa mer än hon och hen

Talarstolen på UNF:s kongress var långt ifrån jämställd. Av de tio personer som pratade flest gånger var nio killar och en tjej. Och av de tio som sammanlagt talade längst var åtta killar och två tjejer. Totalt under kongressen talade killar i 176 minuter och tjejer i 81 minuter – trots att det var något fler kvinnliga än manliga ombud. Ombuden fick själva ange sitt pronomen. De som valde hen/annat talade sammanlagt i 17 minuter.



131

sidor innehåller kongressprotokollet med alla beslut som fattades på kongressen.

264

delicatobollar köptes in av UNF-lägret när de tröttnat på att bara få frukt till fikat.



Viktiga beslut:

FÖRTROENDEVALDA SVERIGEDEMOKRATER KAN UTESLUTAS UR UNF

Med 45 röster mot 42 beslutade kongressen att ge i uppdrag till förbundsstyrelsen "att ta upp uteslutningsärenden för personer som har förtroendeuppdrag inom Sverigedemokraterna eller Sverigedemokratisk Ungdom och är medlemmar i UNF då de verkar mot UNF:s grundsatser". Dessutom fastslog kongressen med 80 röster mot 7 att "UNF vid behov bemöter men inte samarbetar med eller ger Sverigedemokraterna eller Sverigedemokratisk Ungdom tillfällen att torgföra sina åsikter".

UNF VILL HA ETT RÖKFRITT SVERIGE

Kongressen beslutade att UNF ska skriva under beslutet om ett rökfritt Sverige 2025. Dessutom gav man förbundsstyrelsen i uppdrag att utforma ett avsnitt om tobaksförebyggande arbete i det drogpolitiska programmet.

VERKSAMHETS-UTVECKLARNA BLIR FÄRRE

Kongressen beslutade, enligt förbundsstyrelsens budgetförslag, att minska antalet verksamhetsutvecklingstjänster från 18 till 15 från och med årsskiftet. Dessutom ska kansliet minska med en halv tjänst.

HET DEBATT OM ARBETSPLANEN

Arbetsplanen för 2016/2017 var en av de allra mest diskuterade frågorna på kongressen. Förbundsstyrelsens förslag stod mot ett alternativt förslag som flera i den nu nyvalda förbundsstyrelsen tagit fram. Till slut antogs förbundsstyrelsens förslag, men med många förändringar.



Bästa känslan!

1

skorpion hittades i packningen hos en kongressdeltagare som fått med sig den från UNF:s mid-sommarkurs i Kroatien. Den lille krabaten visade sig vara lika farlig som en geting, men fick ändå tas i förvar av polisen.

Kongress



Miss Blondie vann!



11361

kronor samlade UNF-lägret in till det globala arbetet under lägret, bland annat genom att sälja teckningar. Sedan plussade förbundsstyrelsen på samma summa!

7 referenser från vad som blev kongressens inofficiella låt finns att hitta i det utskrivna protokollet. Som att UNF:s nyvalde förbundssekreterare Olle Gynther-Zillén inte kommer hem i kväll om hen känner sig själv. Men i verkligheten var de många fler än sju... Så vilken är låten? Jo, Sjumilakliv med Martin Stenmark.

Forts från förra uppslaget

disco. UNF:are dansar sig svettiga och skriksjunger med: "I gotta feeling that tonight's gonna be a good night!"

Torsdag 11.02

Det är som en annan värld inne i salen med nerdragna gardiner och svarta tak och väggar, där teaterspåret håller till. De UNF:are som inte är ombud på kongressen hänger på olika temaspår eller på UNF-lägret.

– Nu ska ni röra er två och två till musiken, helst med någon ni inte känner så väl, men ni får inte släppa ögonkontakten förrän jag säger till, instruerar spårledaren Jakob Granqvist.

När musiken ändras förändras också rörelserna, ansiktsuttrycken och stämningen. Jakob fortsätter berätta:



– Du får veta att din partner har en obotlig sjukdom...
– Ta nu farväl av din partner och hitta en plats i rummet där du kan vara ensam.

Lamporna släcks. Någon gråter. När övningen är slut berättar en deltagare om sin mamma som dog i en obotlig sjukdom, en annan om det obekväma med kroppskontakt och ögonkontakt.

– I början var jag inte van vid att ha ögonkontakt, men sen kändes det som att vi förstod varandra och liksom hade ett band, säger Julia Nilsson från Växjö.

– För mig handlar teater om mer än skådespeleri, utan mycket mer om personlig utveckling och tillit till andra människor. Det har ni verkligen jobbat med i dag, säger Jakob.

Julia håller med.

– Jag var väldigt blyg när jag var liten, men teatern har verkligen gjort att jag har utvecklats. Jag har

blivit mer öppen och fått bättre kroppspråk. Nu gillar jag att stå på scen.

Torsdag 22.11

"Who run the world? Girls! Who run the world? Girls!"

Beyonces starka röst dundrar ur högtalarna när kvällens konferencier Farida Al-Abani ropar:

– Välkommen till Miss FS-kvällen då vi ska kora Miss FS! Tio kandidater kommer att visa sina vackra sidor... och andra sidor!

Efter att alla i förbundsstyrelsen fått svara på frågor om hur de ska rädda världen och visat sina bästa talanger – allt till publikens jubel – är det dags att kora en vinnare. Ska Miss Besserwisser, Miss Mitt Skåne eller kanske Miss



Eric, Anneli,
Maria, Isabelle, Hanna, Olle
Arvid, Malin, Max, Tove, Lucas.

DET HÄR ÄR UNF:S NYA FÖRBUNDSSTYRELSE!

Ordförande

Eric Tegnander, 23 år, UNF Skåne. Ledamot i faddergruppen. På fritiden tränar han och läser böcker.

Vice ordförande

Isabelle Benfalk, 20 år, UNF Uppsala. Ansvarig för utskottet. Pluggar, tittar på film och umgås med vänner på fritiden.

Max Johansson, 20 år, UNF Skaraborg. Ordförande i verksamhetsutskottet och i faddergruppen. Gillar att spela datorspel, läsa böcker och laga en himla massa mat.

Sekreterare

Olle Gynther-Zillén, 23 år, UNF Stockholm. Ledamot i påverkansutskottet. Är på fritiden engagerad i studentkåren, äter choklad, spelar datorspel och fiskar.

Kassör

Malin Andersson, 23 år, UNF Stockholm. Ordförande i demokratiutskottet. När hon får tid över umgås hon med vänner, tittar på tv-serier och läser böcker.

Bildningsledare

Lucas Nilsson, 24 år, UNF Skåne. Läger all sin fritid på att umgås med flickvän, vänner och familj.

Ledamöter

Anneli Bylund, 24 år, UNF Värmland. Ordförande i påverkansutskottet. Spelar Minecraft, tittar på anime, virkar och suktar efter bakverk på fritiden.

Arvid Leimar, 23 år, UNF Uppsala. Ledamot i verksamhetsutskottet. På fritiden pluggar han, lagar mat, lyssnar på musik, läser och spelar Magic: the Gathering.

Hanna Hammarström, 22 år, UNF Gävleborg. Ledamot i demokratiutskottet. Studerar, rider, tittar på hockey och äter Polly på fritiden.

Maria Emilsson, 21 år, UNF Dalarna. Ledamot i faddergruppen. Är en hejare på att klippa hår, fota och ta snygga selfies med gitarren.

Tove Achrénus, 20 år, UNF Älvsborg. Ledamot i demokratiutskottet. Gillar att sjunga, spela teater, se på film och äta laga mat på sin fritid.

Kärlek
på kongress!

Övertaggad vinna? Nej, den fluffiga tianan, de rosa vingarna och den stora äran vinner Miss Blondie aka Andreas Jansson för sina hårvårdsråd och spådomar om framtiden!

Fredag 15.02

Det finns sex olika temaspår att välja mellan på kongressen: teater, attityder och påverkan, media och kommunikation, party och politik, UNF:aren praktiskt och globalt arbete. Ludwig Franklin från Umeå som är med på det globala spåret rättar nu till banderollen han nyss tagit på sig och tar upp en insamlingsbössan.

– Under veckan har vi till exempel lärt oss om barn som inte har några privilegier och måste sälja droger eller

prostituera sig. Så nu ska vi samla in pengar till projekt som hjälper de barnen. Det känns bra, berättar Ludwig och traskar ut på närmsta gägata.

”Hej, vill du vara med och hjälpa barn?” frågar Ludwig dem han möter.

– Det här går ju ganska bra, säger han glatt när två personer på raken skänkt pengar.

Lördag 13.10

Det är bara några timmar kvar på förhandlingarna. När den nya förbundsstyrelsens väljs och när den gamla avtackas hålls många hyllningstal. Flera i rummet torkar tårarna.

– Det är väldigt fint att se kärleken i rummet när människor är så tacksamma för att andra vill ge av sina liv för UNF, säger Leo Rudberg när hans första kongress närmar sig slutet.

Snart väntar avslutningsfesten.

– Den här veckan har varit helt galen. Jag har för

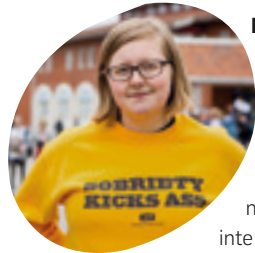
Tre utskott i stället för fem

Den nya förbundsstyrelsen har beslutat att minska antalet utskott från fem till tre: påverkansutskottet, verksamhetsutskottet och demokratiutskottet. Utskottens uppgift är att planera den verksamhet som behövs för att förverkliga arbetsplanen som antogs på kongressen. Dessutom kommer en faddergrupp stötta och utveckla distrikten.

första gången talat rövarspråk under årsmötesförhandlingar, dansat med nykterister från två till 64 års ålder på samma dansgolv och beslutat att UNF tar avstånd från Sverigedemokraterna. Jag är fullkomligt slut, men oerhört tacksam! 🍷

📍 Varför är du här?

📍 Vad är det bästa med UNF:s kongress?



Hilma Svedberg, 23 år, Göteborg:

– Kongressen är det roligaste som händer inom UNF. Man får tillfälle att träffa människor som man inte träffar annars. Den här kongressen är jag dessutom sekreterare under förhandlingarna!

– FS-shoven, för att den brukar vara väldigt

rolig. Och nattcaféet där jag träffar kompisar och kan hänga med folk från hela rörelsen!



Arvid Engström, 18 år, Hovmantorp:

– Jag tyckte att det var nice förra kongressen och tänkte att det nog skulle bli lika nice nu. Det är trevligt att umgås med människor från andra delar av Sverige som jag inte träffar så ofta.

– Människorna och sällskapet. Det är för dem jag åker hit. Och så är invigningen rolig!



Martin Wadia, 16 år, Sandviken:

– För att det inte finns så mycket att göra på sommarlovet. Och för att alla sa att det är det bästa man kan göra i UNF.

– Att jag har fått lära mig mer om photoshop och så på mitt temaspår. Och när vi badade på äventyrsbadet.



Pom Sandhagen, 24 år, Angered:

– För att träffa dem som jag bara träffar vart annat år på kongressen och för att det är kul att lära känna nya personer. Jag ser det som ganska självklart att åka på kongressen, det här är min tredje gång.

– Dels att lära känna en ny stad, dels att lära känna nya människor.



John Ferner, 13 år, Växjö:

– Jag vill vara med och påverka vår organisation för att uppnå vår vision. Jag är ombud och eftersom förhandlingarna har varit så demokratiska känner jag att jag har varit delaktig och kunnat påverka.

– Att träffa massa nytt folk och se hur stort UNF egentligen är. UNF finns liksom i varenda litet hörn av Sverige. Och att det är så festlig stämning!





FOTO: MÄRTIŃŚ KUBULNIEKS

Sprängfylld lägervecka i Rumänien

Varje år har UNF:s europeiska paraplyorganisation Active ett sommarläger någonstans i Europa. I år var det i Rumänien. Fyra UNF:are skriver om kycklingtrötthet, workshops och kramar.

” Vi var 22 UNF:are som deltog i Actives läger i Bran i Rumänien. Under lägret var det planerat en massa olika aktiviteter och workshops som en kunde delta i. En kunde välja mellan att gå på seminarium om till exempel alkoholreklam eller att leka och spela fotboll. Tanken var att gå på så mycket som möjligt för att lära sig nya saker och framförallt för att nätverka med folk från andra länder. Under veckan fanns det även workshops som tillhörde Actives pågående Human Rights Generation-projekt.

Veckan var sprängfylld med känslor, vänner, nöjen, kunskap och allt däremellan. En oförglömlig erfarenhet för alla som var över lika fort som den började. Sista dagen firades självklart med fest och brasa, med tårar och kramar, med skratt och ännu mer kramar. Det var riktigt häftigt att få uppleva rumänsk

Vad är Active?

- 📌 Active är en europeisk paraplyorganisation för unga nykterhetsrörelser och består i nuläget av över 25 000 medlemmar i 31 organisationer från 24 länder.
- 📌 I år firar Active 25-årsjubileum.
- 📌 Varje år har Active ett Summercamp och vartannat år en kongress. På årets Summercamp i Rumänien deltog drygt 100 personer från flera olika länder.

kultur. Dock var vi ganska trötta på den när vi för sjätte dagen i rad fick kyckling. Ja, det serverades bara kyckling under hela veckan (inget skämt). Nästa Summer Camp kommer arrangeras samtidigt som Actives kongress och kommer äga rum i Polen.

JOHN FERNER, XANDER TURIAN,
SAGA JONSSON OCH ANNA MAGNUSSON

enkät

BÄSTA UPPLEVELSEN UNDER LÄGRET



Henriette Fjeldheim, 18 år, Norge:

– Det är väldigt svårt att hitta en enda upplevelse som var bäst. Hela lägret var väldigt bra och en del av det bästa var att träffa gamla och nya vänner!



Petar Tomić, 17 år, Serbien:

– Alla fantastiska människor med olika bakgrunder och med namn som var omöjliga att uttala. De var fenomenala, inspirerande och livsförändrande. Jag utvecklades på många sätt och mötte vänner för livet. De här utbytena får mig att inse hur vacker vår planet är.



Maria Gracikova, 17 år, Slovakien:

– Jag har inte en specifik upplevelse, men hela veckan var väldigt speciell för mig. Jag fick mycket från människorna som var där: erfarenheter, kunskap, minnen, nya vänner och starkare vänskapsband.



Felicia Bas, 19 år, Sverige:

– Hela resan var en fantastisk upplevelse men att knyta kontakter med alla människor från hela världen var nog det bästa.



Igor Stojilovic, 26 år, Serbien:

– Den häftigaste upplevelsen var att oavsett var vi kommer från, kan någonting starkt förena oss i vår längtan att leva våra liv i nykterhet, vänskap och fred och att involvera andra i det.



Namn: Isabelle Benfalk. **Ålder:** 20 år. **Aktuell:** Som nyvald vice ordförande för UNF. Kommer tillsammans med Max Johansson, vice ordförande, och Eric Tegnander, ordförande, att leda UNF under de kommande två åren. **Övrigt:** Tycker om att se på film och läsa böcker. "Två tips är boken Britt-Marie var här av Fredrik Backman och filmen Pride. De kan man både skratta åt och snyfta till."

Vill förändra världen

ISABELLE BENFALK har ett mål: att bli ihågkommen när hon dör. Som juriststudent och nyvald vice ordförande för UNF har hon ett tydligt kalendersystem för att också hinna vara ledig.

TEXT OCH FOTO LINA MATTEBO

Du valdes nyss till vice ordförande för UNF. Hur känns det?

– Det är skräckblandad förtjusning. Jag är väldigt glad och stolt men det är också mycket nytt att sätta sig in i. UNF har gett mig så himla mycket och verkligen format mig. Nu vill jag ge tillbaka och forma UNF.

Vad vill du bidra med?

– I höstas gick jag en ledarskapsutbildning för unga i civilsamhället som heter Almaakademien. När vi läste om strategi insåg jag att UNF saknade det. Så jag vill bidra med ett strategiskt tänk så att vi kan bli större och starkare. Vi behöver tänka mer långsiktigt, hur vi vill att UNF ska se ut om tio år och hur vi ska nå dit. Jag vill också att vi ska ta mer cred för det vi gör och känna en stolthet. Det är inte alla unga som engagerar sig och som har fattat beslutet att vara nykter. Jag har även erfarenhet av att ha suttit i Uppsalas distriktsstyrelse, både som vice distriktsordförande och som distriktsordförande, och har suttit i det drogpolitiska utskottet.

Förutom att leda UNF pluggar du också, varför vill du bli jurist?

– När jag dör vill jag ha åstadkommit en förändring och bli ihågkommen för något. Och jag tror att juristprogrammet kan ge mig de bästa förutsättningarna för att kunna förändra världen.

Hur ska du orka och hinna med att både leda UNF och plugga heltid?

– Jag kör stenhårt på ett kalendersystem med post it-lappar som det står ledighet på.

Behöver jag planera in något på den platsen måste jag flytta lappen till en annan dag. Dessutom behöver jag inte få högsta betyg i alla kurser, eftersom jag inte siktar på att bli typ advokat. Jag vet att mitt ideella engagemang ger mig en annan kompetens som jag kan konkurrera med sedan.

Studentvärlden innehåller ju mycket alkohol, hur påverkar det dig?

– Att se hur många fulla studenter blir otrevliga och skyller dåliga saker de gör på alkohol har stärkt mig mycket i mitt ställningstagande. Jag blir nog inte bjuden på alla fester eftersom min närvaro verkar ge folk dåligt samvete. Men jag försöker tänka positivt, att det innebär att jag får dem att tänka på de negativa effekterna av alkohol. Och jag pluggar inte för att få vänner.

Varför gick du med i UNF?

– Jag började spela teater i en Junisförening när jag var tio år. Sedan fortsatte jag till UNF, mest för att kunna fortsätta spela teater. Men med åren blev rörelsens ideologi också min. Jag tror verkligen på att alkohol inte bara är dåligt för dig som individ, utan

också för samhället eftersom du aldrig kan jobba lika fort framåt om du är bedövd av alkohol.

Unga dricker rekordlite alkohol, ändå tappar UNF medlemmar. Vad tror du det beror på?

– Vi har varit dåliga på att synas utåt mot de ungdomar som väljer att vara nyktra. Vi har också en ganska enförmig medlemsbas av vita medelklassungdomar. Så vi har en stor outnyttjad medlemspotential exempelvis bland grupper med en annan etnicitet.

Vad drivs du av?

– Jag hämtar mycket av mitt engagemang ur en ilska över hur skevt samhället är och hur alkohol och andra droger förstör. UNF är mitt verktyg för att kunna omvandla den ilskan till en samhällsförändring. ☺

"Jag hämtar mycket av mitt engagemang ur en ilska."

Isabelles tips för att våga stå för sitt nyktra beslut:

1. Kom ihåg att det är ditt val, inte alla andras.
2. Tänk på att du inte är ensam om att bryta alkoholnormen, snarare tvärtom!
3. Det blir allt coolare att vara lite "hipster", se det som ditt sätt att sticka ut från alla andra.

Will pusha och utmana

MAX JOHANSSON vill vara bäst. Så efter att ha valt UNF framför en karriär som e-sportare har han satsat allt på att göra UNF bättre. Nu har han blivit vald till vice ordförande.

TEXT OCH FOTO LINA MATTEBO

Du är nyvald vice ordförande för UNF.

Hur känns det?

– Det är en rolig utmaning jag har velat ta på mig ganska länge. Jag kandiderade till förbundsstyrelsen för två år sedan, men kom precis inte med. Jag känner mig taggad!

Varför gick du med i UNF?

– Framför allt för att mina kompisar gjorde det och för att coola förebilder på skolan var med. Men jag insåg snart att det inte bara var kul att vara på UNF utan att jag också blev en bättre person och fann mig själv mer. Jag har alltid blivit pushad och utmanad inom UNF och det har hållit mig kvar. De senaste åren har det varit UNF all the way.

Och det här med att vara nykter?

– Jag kommer från en miljö med mycket alkohol. Min mamma hade alkoholproblem och jag bestämde mig ganska tidigt att jag inte ville bli som hon, det var en självklar inställning från mig. Jag såg vad alkoholen gjorde mot henne och förstår vilka skador som alkohol kan göra, inte minst den påfrestning det är för människorna runt omkring någon med alkoholproblem.

Vad vill du bidra med som vice ordförande?

– Mycket erfarenhet av att driva både ett stort och ett litet distrikt efter att ha suttit i distriktsstyrelsen för både Jön-

köpings och Skaraborgs distrikt och varit distriktsordförande för Skaraborg. Dessutom har jag suttit i förebyggskottet.

Hur kommer UNF märka att du har blivit ordförande?

– Det kommer att bli ett gigantisk större fokus på föreningar. Jag vill att vi ska göra färre nationella kampanjer och i stället satsa mer på att synas på lokal nivå. Jag tror att jag är den person som har startat flest föreningar under de senaste fem åren, runt 25 stycken. Det är det jag är bäst på. Som vice ordförande vill jag därför utveckla och stötta landet.

Unga dricker rekordlite alkohol, men ändå tappar UNF medlemmar. Vad tror du det beror på?

– Min analys är att UNF har haft för stort fokus på att bli ett känt namn i nationell media och inom politiska forum. Men vi måste fokusera mer på att få med unga i föreningar och hjälpa dem att utveckla sina egna idéer. Jag tror att det är det som det unga civilsamhället har haft svårt för, att möta upp människors engagemang. Samhället i dag är uppbyggt för att vi ska vara passiva. Vi lär oss att köpa saker i stället för att skapa något eget. Vi är nyktra för att demokratin ska funka. UNF engagerar och gör folk medvetna medan alkohol passiviserar människor.

Vad driver dig?

– När det kommer till UNF drivs jag av att unga ska ha ett bra ställe att komma till där de kan genomföra

sina egna idéer. På ett personligt plan drivs jag av att bli den bästa personen jag kan bli och att bidra till samhället på mitt mest optimala sätt.

Vad gör du när du vill slappna av?

– Jag tittar på extrema mängder e-sport, mest League of legends. Jag tycker om att det finns ett sådant strategiskt djup och att det är så små beslut som avgör resultatet. Innan jag började engagera mig i UNF visste jag att jag hade potential att bli professionell spelare. Men sedan valde jag UNF och använder nu min tävlingsinstinkt till att vara så bra som möjligt för UNF. 🍷

"Mamma hade alkoholproblem och jag ville inte bli som hon."

Max bästa tips för att starta föreningar:

1. Se det som en utmaning och kämpa för att det ska bli som du vill.
2. Kom på en nischad grej som ni vill göra i föreningen.
3. Kolla in materialet Planera verksamhet på UNF:s hemsida.
4. Kör på!



Namn: Max Johansson. **Ålder:** 20 år. **Aktuell:** Som nyvald vice ordförande för UNF. Kommer tillsammans med Isabelle Benfalk, vice ordförande, och Eric Tegnander, ordförande, att leda UNF under de kommande två åren. **Övrigt:** Tycker om att laga mat. "Jag älskar att göra snabbnudlar mer avancerade och så goda som möjligt. Typ göra nudelsoppa med massa goda grönsaker i."

Många studenter dricker så mycket alkohol att de riskerar att ta skada. Och hälften tycker att det är **SVÅRARE ATT PASSA IN I STUDENTLIVET OM MAN INTE DRICKER ALKOHOL**. Det här vill UNF ändra på genom kampanjen Bryt. Motdrag hängde med till Umeå universitet.

TEXT LINA MATTEBO FOTO MALIN GRÖNBORG



Uppdrag: Ändra studenters attityder till alkohol

Hej, är ni sugna på lite bubbel? Amanda Borg ler mot ett gäng studenter vid Umeå universitet och börjar dela ut alkoholfri champagne i plastmuggar. – Vi jobbar med en kampanj som heter Bryt som kollar på alkoholkulturen på universiteten, fortsätter hon. Medan Måns, Klara och Axel, som läser på juristlinjen, plockar på sig varsin frukostmacka och sippar på bubblen

småpratrar de med Amanda. Efter ett tag kommer de in på nollningen.

– Jag tycker inte att det är så mycket hets vid nollningen, säger Måns.

– Fast jo, det är ju alkohol nästan hela tiden, säger Klara, men lägger till att hon personligen inte har upplevt någon alkoholhets på universitetet.

Umeå universitet är det sista stoppet på Bryts campusturné under vårterminen. Kampanjledarna

"Det är klart att det är vanligt att folk tjarar om att man ska ta en extra öl, ingen vill ju liksom dricka själv."

REZA VID UMEÅ
UNIVERSITET

Amanda Borg och Christine Gelfgren har på sju olika universitet och högskolor föreläst om alkoholnormen, bjudit på champagnefrukost, diskuterat alkoholhets med studenter, anordnat alkoholfria provningar, låtit studenter fota sig i deras photobooth i den rosa Bryt-bussen och hängt utanför student-



"Vi hetsades liksom att plocka poäng i lag och helt plötsligt står man där på alla fyra naken i en mänsklig pyramid. Alltså ångesten dagen efter var ju nattsvart. Sånt hade jag ju aldrig gjort nykter."

**NADJA VID LUNDS UNIVERSITET
OM EN TACKRESA
MED NATIONEN**



UNF:are bjuder studenter på alkoholfritt.

"Jag tyckte ju liksom att jag var van vid alkohol, men sista dagen visste jag inte riktigt hur jag skulle orka, jag hade liksom varit full sex dagar i sträck, i stort sett hela dagarna."

**SEMIR FRÅN KTH
OM NOLLNINGEN**

pubar. Syftet är att ändra studenters attityder till alkohol.

– Det roligaste är när vi får till en reflektion hos folk. När vi märker att en grupp studenter som har pratat med oss fortfarande sitter och pratar om hur de dricker och varför tio minuter senare, säger Amanda.

– Det är också roligt när UNF:are som varit med oss ute på universitetet sedan vågar åka tillbaka själva och dra

igång en egen grej, säger Christine.

Några timmar senare är stämningen och omgivningen en helt annan. Amanda kör sakta Brytbussen längs en cykelväg för att komma nära ingången till Brännbollsyrens festival, dit en stor del av Umeås studenter i kväll är på väg. Många runt omkring är glada och skrattar, men en kille gråter för att han är för full för att komma in på området och en annan leds bort av två poliser. Ett gäng UNF:are

är med för att hjälpa Amanda och Christine att bjuda studenterna på alkoholfritt. Nicole Steegmans, som är student

och distriktsordförande för UNF Västerbotten, upplever att det finns en stor alkoholkrets på universitetet.

– Jag tror att det behövs en sån här kampanj bland studenter, där någon

"Att dricka mycket är ju liksom en självklar del av studentlivet, så det ska mycket till innan man förstår att någon kanske gått över gränsen och hamnat i ett missbruk."

IDA VID HÖGSKOLAN
I KRISTIANSTAD

Fakta: Bryt

- Under kongressen 2013 beslutade UNF att lägga fyra miljoner kronor under de kommande två åren på en så kallad attitydpåverkanskampanj.
- I början av 2015 lanserades kampanjen som har fått namnet Bryt! eftersom syftet är att bryta alkoholhelsen bland studenter.
- Under våren har Bryts kampanjledare åkt med sin turnébuss till campus i Umeå, Uppsala, Linköping, Jönköping, Göteborg, Växjö och Lund. De har även publicerat en rapport om alkoholhets och driver instagramkontot @vithelg.
- I höst fortsätter kampanjen med besök på universitet och högskolor plus en utbildning om attitydpåverkan för UNF:are.
- Under kongressen 2015 antog ombuden ett mål om att "UNF ska vara den ledande samhällsaktören bland unga för attitydpåverkan och normkritik kring alkohol och andra droger" samt att under 2016 och 2017 lägga en miljon kronor på attitydpåverkan.
- På bryt.nu finns mer information.

Bryt-bussen.

Nicole.



Forts från förra upp slaget

kommer med en positiv attityd och lyfter ett annat alternativ, i stället för att bara ge skrämselfpropaganda, säger hon.

Bara några meter från Bryt-bussen står en grupp studenter i en cirkel och sjunger högt snapsvisan "Sätt nu flaskan till din mun! Tjo-fa-de-rittan lambo! Och drick ur, din fylle-fylle hund. Tjo-fa-de-rittan lambo!" medan de turas om att halsa ur en vinflaska. UNF:arna håller upp rad efter rad av alkoholfri öl, vin, cider och bubbel på Bryts bardisk och delar ut till dem som

går förbi. Lovisa Tolander som läser till socionom vid Umeå universitet stannar till och testar ett glas alkoholfritt vitt vin.

– Det var gott! Ganska likt vanligt vin, men snällare, utvärderar hon och fortsätter:

– Jag brukar inte dricka så mycket alkohol, och för mig personligen går det bra att välja om jag vill dricka eller inte.

– Ja, i våra umgängeskretsar finns det ingen hets. Man får vara den man är, lägger läkarstudenten Carolina Ahlberg till.

Men de har ändå märkt av alkoholnormen.

– På nollningen hade vi alkoholfria alternativ, men de absolut flesta drack ju och det blir ändå att man "ska" dricka, säger Lovisa innan de går vidare mot festivalområdet.

Undersökning:

Fler än varannan student har upplevt alkoholhets

Under Bryts campusturné i våras genomförde projektledarna en undersökning om alkoholhets. Av 800 studenter från sju olika universitet och högskolor svarade 64 procent att de har upplevt alkoholhets under sin studenttid.

– Med alkoholhets menar vi pressen att dricka, att det är något vi förväntas göra, en norm. Men alla uppfattar hets olika, och det är deras egen upplevelse som räknas, förklarar Christine Gelfgren.

Om kampanjen:

Fyra frågor om Bryt!

Bryt är UNF:s stora attitydspåverkanssatsning. Men hur ändrar man attityder? Och vad innebär kampanjen? Motdrag tog ett snack med kampanjledarna Amanda Borg och Christine Gelfgren.

Vad är egentligen attitydpåverkan?

– Det handlar om att påverka hur människor tänker om ett ämne, och i det här fallet alkohol. I Sverige tycker de flesta att det är självklart att man dricker vid festliga tillfällen, och man blir berusad väldigt ofta. I studentvärlden är det också så, men ännu mer, och det är det vi vill förändra.

FOTO: Y. LINDBERG

Amanda Borg och Christine Gelfgren.

Så hur jobbar ni för att minska alkoholhelsen bland studenter?

– All forskning visar att det inte är effektivt att prata om det som är dåligt med ett beteende om man vill ändra det. Därför har vi valt att lyfta fram det önskade beteendet och en annan inställning till alkohol, genom att till exempel prata om goda alkoholfria alternativ.

Men forskning visar också att det tar väldigt lång tid att förändra människors attityder, hur tänker ni kring det?

– Vi försöker ta fram metoder som UNF sedan kan jobba vidare med. Som ett startskott är den här kampanjen bra, men för att göra en riktig skillnad måste UNF jobba längre och mer långsiktigt.

Vad har ni fått för respons på kampanjen?

– Vi är glatt överraskade. Vi trodde att det skulle vara svårare, men har blivit väldigt positivt bemötta. Speciellt av många kårer som ju har mycket makt att förändra. De har insett att de behöver hjälp med att förändra alkoholkulturen och är öppna för att vi kan hjälpa till. ☺

Daniel får ofta frågan varför han inte dricker alkohol.

"Jag är sällan sugen på alkohol, men jag brukar ta en cider i alla fall, för det finns inget annat som är bra. Jag orkar liksom inte med massa frågor om varför jag dricker läsk. Det hade varit så mycket skönare om man bara kunde få en alkoholfri öl eller cider, eller typ en god drink som känns riktig, då hade jag lätt kunnat tänka mig att nästan aldrig dricka."

ASTRID VID LUNDS UNIVERSITET

Amanda konstaterar att de studenter som främst märker av alkoholhelsen och alkoholnormen, är de som inte dricker. Det märkte både hon och Christine när de slutade att dricka alkohol under studietiden.

– När man väl börjar se på studentvärlden ur alkoholnormsglasögonen går det liksom inte att ta av dem. Skulle man byta ut studenterna mot typ ett gäng 40-åriga elektriker, skulle man inte alls tycka att det var okej, säger Christine.

UNF:aren Daniel Bergdahl som pluggar vid Umeå universitet har också tydligt märkt av den starka alkoholnormen bland studenter.

– Under de första tre veckorna under mottagningen kom folk fulla till skolan liksom. Och jag får väldigt

ofta frågan om varför jag inte dricker.

Ibland har han tyckt att det har varit svårt att komma in i gemenskapen på grund av att han inte dricker alkohol. Därför gillar Daniel Bryt.

– Det känns bra och viktigt att visa folk att det går bra att ha roligt och dricka gott även utan alkohol, säger han och delar glatt ut mer alkoholfri öl. ☺

Fotnot: De stora citaten kommer från Bryts rapport Alkoholhelsen på svenska universitet och högskolor. Namnen på studenterna är ändrade.

kick / ass-anledningar att / leva nyktert

TEXT WILDA KRISTIANSSON OCH LINA MATTEBO
ILLUSTRATIONER MATHIAS LETH

Att våga kicka
alkoholnormen
stärker både
dig och andra!



1. Det är kul att dansa nykter

Det finns faktiskt inget medicinskt bevis för att alkohol i sig själv skapar alla känslor och beteenden som många förknippar med en fylla. Men forskningsexperiment har däremot visat att hämningarna släpper om man tror att man har druckit alkohol. Så det är alltså i själva verket förväntningen på att känna sig upprymd, hämningslös, ledsen, avkopplad eller mer social som avgör om berusningskänslan uppstår – inte själva alkoholen. Därför kan du festa lika bra utan alkohol, om inte bättre!



2. Du bryter alkoholenormen

Drygt var tionde vuxen i Sverige har riskabla alkoholvanor, enligt CAN. Andra siffror från Folkhälsomyndigheten visar att 13 procent av kvinnorna och 20 procent av männen är riskkonsumenter av alkohol. Enda sättet att helt säkert inte bli beroende av alkohol är faktiskt att inte dricka alkohol. Men genom att leva nyktert är du dessutom med och förändrar alkoholenormen som får många att dricka fast de inte vill.

3. Hjärtat mår bra av druvor – inte alkohol

Många tror att rödvin i måttliga mängder är bra för hjärtat. Men forskning visar att det inte är alkoholen utan ett ämne som finns i druvor som har den positiva effekten på hjärta och kärl. Därför går det minst lika bra att dricka druvjuice för att ta hand om sitt hjärta!



4. Barn får illa i missbruksmiljöer

Uppskattningsvis har 385 000 barn i Sverige föräldrar som dricker för mycket, enligt Folkhälsoinstitutet. Det är barn som tidigt lär sig att inte prata om problemen, inte lita på någon, vara på sin vakt, stänga av känslor, inte lita på sin magkänsla – och har en ökad risk att utveckla egna missbruksproblem.



5. Alkohol dödar

Alkoholen dödar någon i världen var tionde sekund, enligt WHO. Eller med andra ord: varje år dör 3,3 miljoner människor på grund av ett skadligt alkoholbruk.



6. Det är solidariskt

Alkoholindustrin har på den senaste tiden satsat mycket på andra marknader än den västerländska. Men det sker inte alltid så snyggt. Så kallade ölflickor i Sydostasien är exempelvis anställda som vandrande reklampelare på barer av olika ölbolag. De får ofta väldigt låg lön, utsätts för trakasserier och känner sig tvingade att dricka öl med kunderna. Och i extremt fattiga delar av Afrika har ölbolag satsat på en blandning mellan starköl och välling och marknadsför sig fritt eftersom många länder saknar en fungerande lagstiftning kring alkohol.

7. Det vimlar av goda alkoholfria drycker

Det finns många goda fantastiska drycker att bli berusad av i livets fina stunder. Som är helt alkoholfria dessutom!



Mahmod tar debatten

I dag skriver Mahmod Wiggo Yousef populära debattartiklar och **DISKUTERAR ALKOHOL INFÖR HUNDRATUSENTALS TV-TITTARE.**

Men för något år sedan var han jätteblyg. Vad hände?

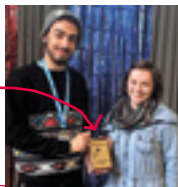
TEXT KATJA BYSTRÖM FOTO LINA MATTEBO

En kväll i början av maj ligger Mahmod Yousef i sin säng och kan inte sova. Han tänker på alkoholnormen och det gör honom arg. Till slut kliver han upp ur sängen, sätter sig vid datorn och börjar skriva en debattartikel. Han döper artikeln till "Stoppa alkoholen på studentflaken!" och sätter igång något större än han väntat sig. SVT ringer honom några dagar senare och frågar om han vill delta i programmet Debatt och prata alkoholpolitik. Precis innan inspelningen ska börja hinner nervositeten ikapp honom.

– För några år sedan var jag så blyg att jag nästan inte kunde prata framför folk alls och nu skulle jag liksom debattera i tv. Det var jättenervöst men så fort vi kom igång med debatten släppte det. Efteråt kändes det bara så sjukt bra!

Det är svårt att tänka sig att Mahmod som i dag tar plats på ett självklart sätt inte alltid gjort det. Han berättar att han kom över sin rädsla genom att se

Namn: Mahmod Wiggo Yousef.
Ålder: 20 år. **Bor:** Gävle. **Aktuell:** Vice ordförande för UNF Gävleborg och vinnare av UNF:s utmärkelse Spjutspetspennan. **Övrigt:** Är mästare på att ställa svåra gåtor.



skräcken i vitögat och hålla en presentation på en kongress när han var 17 år.

– Det var som att krossa en barriär! Jag tror inte man måste göra en så drastisk grej för att våga ta mer plats men jag personligen behövde en snabb förändring.

Men Mahmod säger också att det har varit viktigt för honom att få visa vad han kan för att övervinna osäkerheten - och där har UNF haft en nyckelroll.

– När jag gick med var jag 13 år och visste inte riktigt vad UNF var, jag ville mest vara med på alla roliga aktiviteter. Men efter ett tag var jag helt fast. Jag fick chansen att sitta i en styrelse, lära mig om demokrati och det var stärkande. I dag är UNF en så grymt stor del av mitt liv, och min passion för nykterhet är en enorm drivkraft!

På UNF:s kongress i somras tilldelades han Spjutspetspennan, en utmärkelse som delas ut till en medlem



eller grupp av medlemmar i UNF som jobbat för att sätta spår i den allmänna debatten.

– Det peppade mig att fortsätta sprida UNF:s politik! Jag tror att det är viktigt att uppmärksamma när någon tar plats offentligt för att motivera dem att fortsätta. Det är så vi får en stark röst för nykterhet i samhället! 🍷

Mahmods tips för att skriva en debattartikel:

1. Välj ett ämne att skriva om och använd det som röd tråd.
2. Kladda ner precis allt du kan komma på om ditt ämne.
3. Läs igenom ditt kladdpapper och välj det bästa.
4. Be en kompis läsa din text och diskutera vad som kan bli bättre.
5. Skicka in och skriv en till!



”I vår värld är allt möjligt”

Det bästa med rollspel är att man kliver in i en värld där allt kan hända. Som att vi är huvudpersonerna i en film vi själva skapar, förklarar Tobias Larsson.

Han är medlem i föreningen UNF Svartbyn i Boden som har spelat rollspel tillsammans i flera år. I kväll ska de börja ett nytt äventyr, ett 1700-tals-fantasy som medlemmen Andreas Granath själv har skapat.

– Jag gillar att vara spelledare för då får jag skapa världar och historier. Liksom kliva ur verkligheten ett tag. Jag har jobbat med det här regelsystemet i ungefär ett halvår, men tänkt på världen mycket längre, berättar han.

Andreas är ganska ny i föreningen och gick med i UNF eftersom han ville börja spela rollspel med föreningen. Nu berättar han vilka raser det finns att välja mellan – som bergsdvärg, högdvärg och hamnfolk – som de andra sedan får välja mellan. För att få fram vilka egenskaper rollfiguren har, slår alla tärningar. Tärningarna används också under resten av spelet för att bestämma vad som ska hända.

– Man kan säga att tärningarna symboliserar tur eller slumpen. Men syftet är inte att vinna spelet, utan att berätta en historia, säger Andreas medan han skriver upp olika regler på den vita tavlan som hänger på väggen i föreningslokalen.

Att de är en UNF-förening präglar inte rollspelet, men påverkar andra saker.

– Vi är inte rädda för att ta in nytt folk, tvärtom vill vi ju att fler ska komma med. Om vi bara hade varit



ett gäng kompisar som spelar hade det nog varit annorlunda, säger Andreas.

– Eftersom alla är nykterister och har samma värderingar blir det lättare att skapa en gemenskap. Och det går att spela på söndag morgon eftersom ingen är bakfull, lägger Tobias till.

TEXT OCH FOTO **LINA MATTEBO**

Tips om ni vill testa rollspel:

- 1.** Välj rätt rollspel, det vill säga ett ni tycker om. Undvik de allra blodigaste och läskigaste spelen från början.
- 2.** Börja med ett enkelt spel som inte har massa komplicerade regler.
- 3.** Be en erfaren spelledare leda spelet första gången.

UNF SVARTBYN

UNF Svartbyn spelar rollspel. Punkt slut. Antingen i föreningslokalen eller på olika spelkonvent. Dessutom är de en av UNF:s allra nordligaste föreningar.

Så här många är medlemmar:

Sju stycken.

Så här välkomnar vi en ny medlem:

Är vänliga och hjälper den nya att komma igång att spela.

Så här värvar vi:

När vi träffar någon som vill spela rollspel bjuder vi in den. Och när distriktet värvar berättar de att det finns en rollspelsförening.

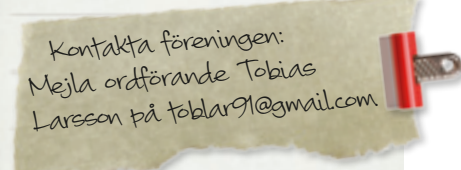
Föreningen med tre ord:

Rollspel, roligt, gemenskap.

Snittålder: 20 år.

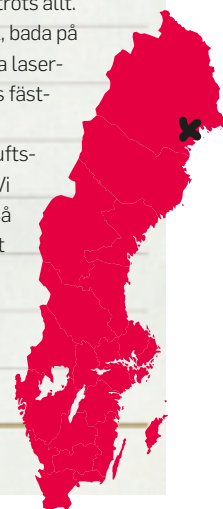
Så ofta träffas vi: Vi försöker träffas en gång i veckan och spela. Men eftersom vi är vänner ses vi och har kontakt mellan träffarna också.

Bästa föreningsfikat: Gifflar!



Det här är Boden

”Det finns en plats på jorden där solen aldrig ler, den platsen heter Boden, dit vill jag aldrig mer”. Så går en välkänd ramsa som sägs ha uppfunnits av en av alla de militärer som har gjort sin värnplikt i Boden. Men så hopplös är inte den norrbottniska staden trots allt. Här går att se midnattssol, bada på badhuset Nordpolen, spela laser-game och spana in Bodens fästning som går i en ring runt Boden. Och gillar man friluftsliv har man kommit rätt. ”Vi har väldigt mycket skog. Så tycker man om skog är det ett bra ställe att vara på” säger UNF Svartbyn som dessutom påpekar att det finns över 300 geocacher i Boden!



Skapa med magisk plast

Med krympplast går det att göra **NYCKELRINGAR, MAGNETER, PINS ELLER SMYCKEN** på bara några minuter. Och du kan själv välja dina favoritmotiv!

TEXT OCH FOTO AMANDA NYLUND

Vad behövs?

Krympplast, färgpennor, sax, ugn, bakplåtspapper. Det finns svart, vit och transparent krympplast; på den vita går det att använda vanliga träpennor, men på den svarta och transparenta behövs det specialpennor.

Hur gör man?

1. Måla ett motiv på den matta sidan av plasten och gör det lite mer än dubbelt så stort som slutresultatet ska vara. Måla ett eget motiv eller skriv ut något och kalkera. Den vita plasten är tillräckligt genomskinlig för att kunna användas till att kalkera, och om papperna sätts mot ett fönster så syns det jättebra.
2. Om du vill ha en speciell form på bilden eller om det ska ha ett hål i sig, så måste det klippas innan plasten krymps.
3. Värm ugnen enligt anvisningarna på paketet och lägg plastbitarna på ett bakplåtspapper på en plåt. Låt bitarna vara inne i ugnen tills de har krympt och slutat röra sig (det tar ett par minuter lite beroende på storlek).
4. Ta sedan ut bitarna och lägg något tungt ovanpå så att de blir platta.

Hur lång tid tar det?

Några minuter i ugnen + tiden det tar att måla motivet.



Pyssel

Ny topp på en minut

Ge ett par gamla tights eller strumpbyxor ett nytt liv som **topp**, det tar mindre än en minut! Klipp en liten halvcirkel i grenen; en större halvcirkel ger en större ur-ringning. Trä sedan huvudet genom hålet och armarna in i benen och klipp av benen så att ärmarna blir lagom långa. Använd tights av olika material och mönster

så kan du få en topp för varje tillfälle, att använda som de är eller under andra plagg!



Bok

Jag, En

David Levithan

Boken handlar om En som varje morgon vaknar upp i en ny kropp. När En så blir kär uppstår problemet att bevisa sin egen existens och önskan att bli älskad som en är, oavsett yttre skal.

Läs också uppföljaren Another day!



Recept

Gott och nyttigt mellanmål

Egna **energi-barer** passar perfekt att ha som mellanmål i skolan.

Mixa nötter, torkad frukt, frön, havregryn och mörk choklad tillsammans med honung och äggvita till en kladdig smet. Grädda sedan i 15 minuter på 175 grader.



”Starta ett straight edge-nätverk, UNF!”

Jag tycker att UNF borde bli bättre på att jobba med straight edge-kulturen i förbundet eftersom det finns så många medlemmar som är det. Efter att straight edge-läget på kongressen blev inställt så har jag funderat mycket på varför det inte finns något organiserat nätverk inom förbundet? Vi har ju flera andra rikstäckande nätverk.

Det är viktigt för ens engagemang att finna gemenskap med likasinnade, att kunna utbyta tankar och idéer men även att få ställa frågor och lära av varandra. Dessutom kan man åka på spelningar ihop, tipsa om musik och hjälpa varandra att arrangera spelningar i ens närområde. Och kanske vi kan locka till oss fler medlemmar till förbundet så att vi får en mångfald av människor som är med och kan driva organisationen framåt på både lokal, regional och rikstäckande nivå.

Jag tycker att detta är en fråga som den nya förbundsstyrelsen borde börja arbeta med!

EMMA DELIJA



SUCCÉ FÖR ALKOHOLFRI BAR PÅ WAY OUT WEST

När jag vaknade dagen efter Way out West var mina fötter alldeles ömma, min röst var hes och mina fingrar luktade citrus. Mina vita tygskor hade sett sina sista dagar och jag var otroligt glad. Jag hade tillsammans med nio andra UNF:are och med God Dryck serverat festivalbesökare goda drinkar i Bar för alla, Way out Wests första riktiga satsning på alkoholfritt. Barren blev fort populär och på tre dagar fick vi in 87 880 kronor som oavkortat går till välgörenhet!

Bar för alla visade att det behövs mer alkoholfritt på festivaler. Kanske var det så att Luger, arrangörerna bakom Way out West, delvis tog åt sig av UNF:s före detta förbundsordförande Malin Thorsons debattartikel där hon uppmanade Way out West att slänga ut alkoholen med mjölken. Jag tror och hoppas att fler arrangörer tar efter och att vi i framtiden kommer se annat än bara öltält på festivaler. Och jag tror att vi i UNF kan ha stor påverkan på det.

LEONTINE OLSBJÖRK

25-ÅRSJUBILEUM FÖR POLENLÄGRET

I år hade vi 25-årsjubileum för vårt polska läger ute på Aspan kurs- och lägergård i Blekinge. Under de här åren har över 1500 barn som kommer från svåra familjeförhållanden i en väldigt fattig del av södra Polen varit på lägret. Mina favoritminnen innehåller bakning mitt i natten, att smyga in en midsommarstång i en av ledarstugorna, se hur alla barnen slappnar av och mår bra och lägerbålen nere vid vattnet där vi sjunger polska lägerlåtar varje kväll. Oavsett om vi är från Sverige eller Polen, ser vi Aspan som vår fristad. Där kan vi vara oss själva, vara glada och slippa tänka på allt jobbigt som kanske väntar oss där hemma. Där ute blir vi alla till en enda stor familj och Aspan är vårt hem. Vårt Paradis.

LINNÉA GREEN, UNF BLEKINGE



”DET SKADAR INTE ATT BJUDA PÅ SIG SJÄLV”

V arför ska jag jämt vara så mogen? Alla de andra verkar ju så sjukt omogna och löjligen fast... de har ju ändå roligt.” Så sitter jag en måndagskväll och resonerar för mig själv i en av UNF:s soffor, medan de andra kastar mat på varandra... ”Matkrig? Uffh vad löjligt”, tänker jag. Jag har alltid varit den som ska ha ordning och reda, inte tusan kastar man väl då mat på varandra?

Jag reser mig upp för att gå och undvika tramset. Men säklart, rätt vad det är så flyger det en spagettiklump rakt in i mig. ”Kom igen nu Philipe! Sluta vara så tråkig!” är det en av våra ledare som skriker. Jag förstår inte vad felet är? Någon som är så mycket äldre borde ju ha lite vett i alla fall...

Jag går raka vägen ut och blir lite småsurig, spagettin i håret sitter ju som klister! ”Åhh!” utbrister jag. Ledaren kommer till mig och ber om ursäkt, men säger också att jag ju faktiskt är på en måndagsträff med tema matkrig. ”Varför går du inte in och hämnas på alla?” frågar hen mig. ”Kom igen nu, bjud lite på dig, du är ju fortfarande du? Eller hur?”

”Visst”, säger jag. Jag går med raska steg in i UNF-lokalen, tar tag i några köttbullar, kastar dem omkring mig. Och det blev jätteroligt! Fast man blev ju inte särskilt fräsch...

Okej, det var inte exakt så här det gick till just den här gången. Men liknande saker har hänt och med det har jag lärt mig att även om jag är ordentlig och utgår från det normala så skadar det absolut inte från att bjuda på sig själv lite, för... de andra älskar det!

Philippe Günther Bäckström

ÄR 15 ÅR, BOR I SANDVIKEN OCH GÄVLE OCH ÄR MED I MOTDRAGSKOMMITTÉN. NÄR HAN ÄR PÅ JUNIS FÅR UNGARNA SIG ETT GOTT SKRATT!

Förresten: Använd inte chili-liknande saker i matkrig! Det kan svida... Spagetti och makaroner funkar däremot bra – så länge du inte får det på dig själv!



PÅ GÅNG I UNF



Eric Tegnander, ordförande i UNF

ERIC TYCKER

Ny period, nya utmaningar

Först och främst: Tack för förtroendet att få fortsätta leda UNF i två år till. Att få den möjligheten betyder oerhört mycket för mig. Det låter kanske lite klyschigt, men med en ny mandatperiod kommer nya utmaningar. Självklart tar den här mandatperioden vid där den förra slutade, men i UNF innebär en ny period alltid förändring. Nya personer, nya politiska inriktningar och till viss del faktiskt ny ideologi. Och så måste det vara, eftersom vi förändras i takt med att vår omvärld förändras.

Vi i UNF verkar i ett samhälle som blir allt tuffare mot våra medmänniskor. Under sommaren har flyktingkrisen i Medelhavet fortsatt. Sverigedemokraterna har fått ett ökat stöd i opinionsmätningarna. På alkoholområdet går det åt rätt håll när det gäller svenska ungdomar, men alkoholreklamen ökar och på EU-nivå har man valt att inte ta fram en ny strategi för alkoholområdet, efter intensivt lobbyarbete från olika storföretag. Det blir tuffare och tuffare att vara människa och inte minst att vara en ung människa.

Som ungdomsförbund måste vi hela tiden vara på tårna och fånga upp det som händer i vår omvärld. Vi är unga och vill förändra världen till det bättre och därför måste vi våga ha starka åsikter. I UNF är vi inte rädda för att ha visioner för samhällets utveckling, även om det innebär att vi får mothugg från vår omgivning. Därför känns det också väldigt, väldigt bra att ha en kongress bakom oss som har lämnat tydliga besked i flera viktiga frågor. Oavsett hur besluten tolkas längre fram så står det klart att vi kommer ha en hård linje mot Sverigedemokraterna, tydligare åsikter i cannabisfrågan och framskjutna positioner när det gäller alkoholreklamen. Viktiga beslut på områden där samhällsutvecklingen inte är den vi vill se.

I skrivande stund pågår fortfarande sommaren utanför fönstret och vi i styrelsen håller just på att stadga oss i den nya perioden. Även om det återstår en del saker att landa i så är åtminstone en sak säker efter kongressen: *Grunden är lagd. Nu väntar framtiden på oss.*

KALENDARIUM

18-20
sept

Distriktsstyrelsesamling #2

Wendelsberg folkhögskola
Ännu en späckad helg med inslag av både spex och bildning för alla distriktsstyrelser inom UNF. Under helgen får deltagarna lära sig om distriktskultur och hur en kan jobba med den på hemmaplan. Det blir fördjupningspass inom olika områden för att bredda perspektiv och få verktyg att ta med hem.

Mer info på:
www.unf.se/kalender/dss2

26
sept

Skramla för Världens Barn

Hela Sverige
Lördagen den 26 september utmanar Världens Barn Sveriges unga att skaka bössa för att stödja utsatta barn. Pengarna går till över hundra projekt runt om i världen. Projekt som ger de barn som har det allra tuffast möjligheten att gå i skolan och få en tryggare tillvaro. Var med och förändra!

Beställ bössan på:
www.varldensbarn.se/skramla

2-3
okt

UNF till ALLA

Hela Sverige
Alla unga har rätt till en givande fritid. Det vet vi inom UNF. Men hur ser det ut bland andra unga? UNF vill att alla unga ska förstå att deras fritid faktiskt räknas. Att den är viktig. Därför kommer UNF till ALLA 2015 handla om att visa upp UNF och den fritid vi kan erbjuda genom vårt föreningsliv.

Mer info på:
www.unf.se/unf-till-alla

NOTISER

"Challenge accepted"

DISTRIKTS- UTMANINGEN

NU BLIR VI STARKARE!

Just nu pågår Distriktsutmaningen runt om i UNF. UNF:s distrikt har fått välja en utmaning som de under september månad tillsammans i distriktet ska klara av.

Utmaningen kan vara allt ifrån att värva på nya ställen till att få med unga på aktiviteter. Allt för att vi ska växa och att så många unga som möjligt ska vara med och upptäcka UNF.

PENGAR ATT SÖKA

Potten PAS (Pengar Att Söka) finns för att föreningar, distrikt eller andra grupper inom UNF ska kunna göra verksamhet. Har ni något på gång? Sök pengar inför nästa omgång, senast den 1 november!



Läs mer på:
www.unf.se/pas

PUMPEN FYLLER 50 ÅR!

Pumpen är IOGT-NTO-rörelsens gemensamma frågetävling, som arrangerats sedan 1965. Den 12 november är det dags att tävla igen!

Pumpen

Årets mest nervkittlande frågetävling. JAAA!

Bilda ett lag tillsammans med närmaste IOGT-NTO-förening och NSF-kår (eller kör ensamma!) och tävla i rörelsens mest årofyllda tävling.

Läs mer på:
www.pumpen.iogt.se

MEDLEMSAVGIFTEN ÄR VIKTIG!

UNF är en organisation av medlemmar för medlemmar. Därför är det viktigt att alla betalar sin medlemsavgift för 2015! Har du redan betalat? **Hurra!** Har du inte? **Gör det!**

Läs mer på:
www.unf.se/betala-medlemsskap

NYANSTÄLLDA PÅ UNF

UNF har två nyanställda bland personalen. Välkomna **Emelie Mire Åsell** och **Simon Winnfors!** Mire arbetar som politisk sekreterare och sitter på UNF:s kansli i Stockholm och Simon arbetar med UNF Jämtland, UNF Värmland och UNF Södermanland.

Varför UNF?

Mire: "För att UNF är en kaxig organisation som vet vad den vill! Och för att jag älskar att driva normkritisk politik."

Simon: "Jag vill jobba för UNF för att jag vill uppnå vår vision om en solidarisk och demokratisk värld fri från droger. Och för att jag efter tio års ideellt arbete inom organisationen söker nya utmaningar."



Emelie Mire Åsell



Simon Winnfors

Vänd och läs hur du kan göra din kommun bättre!

Vi vill också ha en schysst nykter mötesplats!



Yes! Nyktra mötesplatser är tryggare, roligare och gör stor skillnad för oss unga!

BRA UTELIV

unf

UNGDOMENS NYKTERHETS-FÖRBUND

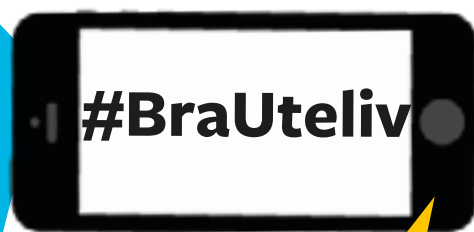
Tre av fyra unga saknar en nykter mötesplats på kvällar och helger enligt en YouGov-undersökning. I undersökningen berättar också unga att nyktra mötesplatser är viktiga och kan göra stor skillnad.



1 2 1 2 6 6 5 0 0

Hur bra är din kommun?

Alla unga har rätt till bra uteliv med schyssta nyktra mötesplatser. Ett bra uteliv innebär att vi unga får en meningsfull fritid där det är lätt att välja alkoholfritt och där vi har möjligheten att påverka vår egen fritid.



Kolla in UNF:s kommunranking för att se hur bra din kommun är: www.unf.se/kommunsatsningar

Vilka är dina bästa ställen att hänga på? Kanske ditt favoritcafé, uteserveringen med goda alkoholfria drinkar, UNF-lokalen eller aktivitetshuset du brukar vara på! Finns det inget bra? Eller för lite bra? Berätta vad du saknar. Skriv tweets och posta bilder på #BraUteliv.

Skriv under och posta! Berätta för din kommun hur viktig ungas fritid och ett bra uteliv är.

Läs mer om vad kommunen kan göra på unf.se/kommunsatsningar. Där kan du också få tips på hur du kontaktar din kommun.

Hej!

Alla unga har rätt till ett bra uteliv med schyssta nyktra mötesplatser. Vi unga säger själva att fler alkoholfria mötesplatser skulle göra att vi dricker mindre alkohol, men många av oss har inte tillgång till nyktra mötesplatser när det är som viktigast, under kvällar och helger.

UNF vill att er kommun satsar på nyktra mötesplatser och har med oss unga i besluten som rör vår fritid. För fler tips, besök unf.se/kommunsatsningar.

Här sätter du frimärke. Vill du skicka gratis är mejl en superbra idé!