

isaynodrugs.org

UTGIVEN AV RIKSORGANISATIONEN FÖR
ETT DROGFRITT SVERIGE

NR 1 2016

ISAYNODRUGS - en av Sveriges största
drogförebyggande kampanjer.

I SAY NO DRUGS

SPÄNNANDE LÄSNING...

STÖD KAMPANJEN!

JOIN THE MOVEMENT

SUCCÉ MED
KAMPANJEN
I SAY NO DRUGS

HÄNG PÅ DU
OCKSÅ!

#isaynodrugs

Nystart...

LINUS SVENNING OM DROGER OCH MUSIK

Smakprov på vår föreläsning!



Innehåll

- 3 Överlevare från koncentrationsläger
- 4 Join the movement
- 6 Tävling för skolor
- 7 Köp våra affischer
- 8 Fakta droger
- 9 Fakta droger
- 10 Linus Svenning
- 11 Linus Svenning
- 12 Natt i Göteborg
- 13 Natt i Göteborg
- 14 Tips om roliga saker att göra
- 15 Lyckad föreläsning i Folkets Hus
- 16 Beställ en tröja du också!

Nu kommer vi med en egen tidning!

Hej jag heter Julia och är Informationschef för Sveriges största drogförebyggande kampanj I SAY NO DRUGS. Kampanjens syfte är att skapa opinion bland våra unga att det är coolt att vara drogfri.



Vi gör detta på många sätt!

Främst med omtyckta föreläsningar till elever, föräldrar och skolpersonal, utbildningsmaterial, filmer och läger & evenemang. Men även med hjälp av drogfria förebilder, kändisar, idrottsutövare som aktivt tar ställning och kan inspirera!

- Som privatperson kan du vara med och påverka, gå med och göra en skillnad till det bättre.
- Droginformation enligt Skolverkets rekommendationer och FN's Barnkonvention art. 33. Vi når fram med vår droginformation.
- Vem vet, vi kanske föreläser idag för morgondagens politiker, en företagschef, en mamma, en polis, eller en rektor. Att vi idag skapar opinion där fler tar ett eget beslut kring droger skapar vi ett samhälle som imorgon kan bli lättare att leva i.
- Våra unga idag är morgondagens civilisation. Låt oss ta hand om dem och ge dem den framtid som alla barn är värda!

Hoppas ni tycker om vår tidning!

Den går att ladda ner den gratis och sprida till alla era elever på www.isaynodrugs.org.



Tidningen I SAY NO DRUGS ges ut av Riksorganisationen för ett Drogfritt Sverige

Ansvarig utgivare: Åsa Graaf

Redaktion: info@droginformation.nu

Layout: elisabeth@graafreklam.se

Internet: www.isaynodrugs.org

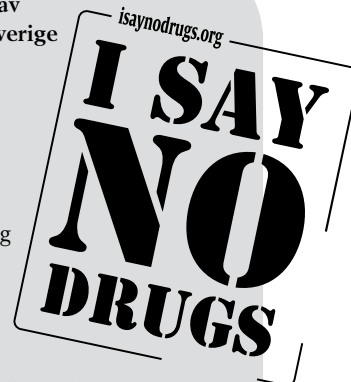
Adress: Norra Allégatan 2, 413 01 Gbg

Telefon: 031-13 57 07

Postgiro: 90 11 20-6

Tryck: Trydells Tryckeri AB, Laholm

Prenumerationer tel. 031-13 57 07. Medlemstidningen kommer ut med 4 nummer/år. Du får fritt kopiera innehållet i tidning men glöm inte ange källa.



AKNU - kolla in oss på Youtube



Mitt möte med Emerich Roth - överlevare från koncentrationsläger

Jag arbetade på Fryshuset inom det sociala projektet Exit 2003-2009. Exit hade i huvudsak som uppgift att hjälpa människor som ville hoppa av extrema rörelser, främst nazismen. Med tiden så hörde jag ett ständigt återkommande namn på grundaren av Exit. Det namnet var Emerich Roth och det är en man som överlevt Hitlers fasor under andra världskriget.

Jag fick kontakt med Emerich då han kom upp en dag och ville säga hej och det var lite småprat när vi sågs. En dag fick jag en förfrågan att föreläsa tillsammans med Emerich för han brukade ta med sig "värstingar" ut på föreläsningar. Till en början var jag skeptisk faktiskt, ska nämnas. Men jag gav det en chans.

Han var nöjd med min insats initialt och han berättade att han gillade min historia, men han hade svårt med mitt språkbruk emellanåt då jag använder vardagliga svordomar i mina föreläsningar vilket jag gör än idag. Men av respekt för honom så valde jag att tona ner svordomarna, för då jag föreläser med Emerich så handlar det om 20-45 minuter och då kunde jag "stilla" mig tyckte jag.

Det var sporadiskt med föreläsningar i början men allt oftare kom det mer förfrågningar att vi skulle ut tillsammans.

Vi är en bra kombination som många vill lyssna på

Jag klassades ju som en av "Sveriges värsta nazistledare" tidigare och tillsammans med en överlevare från Förintelsen blev vi en kombo som attraherade fler och fler skolor. Så med tiden växte vi även till att bli vänner. Vi växte till att bli bra vänner och kollegor, vilket vi är än idag faktiskt. Emerich har lätt till skratt och har en stor portion humor, för under hans föreläsning så säger han en sak som etsade sig fast hos mig tidigt:

"Inte ens kärleken och humorn jag fick av min far kunde nazisterna ta ifrån mig."

Emerich Roth är en man med gedigen bakgrund inom arbete med ungdomar och socialt utsatta människor. Efter år av forskning och studier så har han lyckats integrera sina erfarenheter och vrida det till hur man bör se signaler och orsaker hos de i riskzonen.

Där spelar alkohol och droger in som en viktig komponent i hans teser och fakta. Han bevisar att ingen som gör något fasansfullt eller begår olika saker gör det nykter eller opåverkad. Och det stämmer ju som vi alla vet.

Han är en bestämd motståndare mot knark i samhället då han vet och sett vad det kan och kommer leda till.

Handlingar och en utveckling som går stick i stäv med allt han försöker bekämpa, våld, mobbing, rasism m.m. Sånt som influeras av och med droger och alkoholmissbruk. Han är en tapper man som än idag vid 91 års ålder fortfarande föreläser och berättar. Jag hyser all min respekt för honom och jag är glad att få ha honom i mitt liv.

Johnny Höglin, jobbar numera med isaynodrugs kampanjen.

Join the movement



Du kan bli en cool modell för I SAY NO DRUGS-kampanjen – skicka in din bild!

Det enda du behöver tänka på är att ha med I SAY NO DRUGS-loggan – på ett armband, en t-shirt, en hoodie eller på en pin – använd fantasin! Lägg in din bild på vår I SAY NO DRUGS Facebook sida – eller på vår I SAY NO DRUGS Instagram!



isaynodrugs.org
**I SAY
NO
DRUGS**



NU ÄR DET DAGS FÖR...

TÄVVLING!

I SAY NO DRUGS härliga vartävling. Skicka in ditt bidrag innan den 31 maj 2016.

Nu har dina elever möjligheten att vara med och vinna varsin I SAY NO DRUGS t-shirt och en gratis drog föreläsning!!!



Vi väljer ut tre vinnare. En för mellanstadiet, en för högstadiet och en för gymnasiet.

Tema: **JOIN THE MOVEMENT - I SAY NO DRUGS**

Obligatoriskt: Skriv klass och skola på baksidan av varje teckning. (Teckningen skall helst vara i färg.)

Skicka era bidrag till: Norra Allégatan 2, 413 01 Göteborg.

Vid frågor mejla julia@droginfo.nu

Lycka till!

isaynodrugs.org

I SAY NO DRUGS

Informations-

Affischer



Affischerna ger kortfattad information om drogernas olika aspekter t.ex. miljöpåverkan, effekter och konsekvenser av olika preparat, barnarbete, djurförsök m.m.

Det är 10 olika affischer i storlek A3.
Pris är 500 kr inkl. frakt (ingen moms tillkommer)

För beställningar ring 031 - 135707 eller
maila info@droginformation.nu

Fakta Droger

Källor: FHI, BRÅ, CAN, Kai Knudsen, drugsmart, missbruksutredningen, mhf, fas-föreningen



FLER OCH FLER TESTAR NARKOTIKA

Allt fler gymnasieelever prövar narkotika i Sverige. Det finns flera risker med detta. En av riskerna är att dagens cannabis kan vara oerhört mycket starkare pga nya odlingsmetoder och genmanipulerade plantor. Detta har lett till att drogen kan vara upp till 10 gånger starkare vilket leder till att man snabbare blir beroende av drogen.



ALKOHOL OCH MISSHANDEL

Alkoholpåverkade personer orsakar många våldsbrott – inte minst inom familjen. Det finns ett stort mörkertal där barn drabbas. Omkring 400 000 barn växer upp i en familj där en eller båda föräldrarna tar droger.



ALKOHOL KAN GE UPPHOV TILL FLERA OLIKA FOSTERSKADOR

Fostrets lever kan inte bryta ned alkohol lätt – även små mängder kan skada. Skadorna kan t ex bestå av sämre tillväxt, dålig intellektuell utveckling, rubbningar i centrala nervsystemet, missbildade organ, problem med tal, uppmärksamhet, koncentrationsförmåga och social samvaro.



400 000 BARN LEVER BLAND MISSBRUKARE
I Sverige växer ungefär 400 000 barn upp i ett hem där en eller båda föräldrarna missbrukar droger. De brukar kallas för de glömda barnen.

”Ibland kunde jag inte sova på hela natten – mamma och pappa drack och knarkade med massa olika kompisar. Det var ett jäkla liv. I skolan blev fröken arg för att jag somnade på lektionerna. En gång när jag kom hem hade de sålt alla mina saker och köpt knark för pengarna – man var orolig hela tiden.”



SPICE KAN VARA LIVSFARLIG OCH GE LIVSLÅNGA MEN.

Spice är en av de s.k ”internetdrogerna” som marknadsförs aggressivt på bl a internet. Den består av olika torkade örter och växtdelar med syntetisk cannabis på. Flera fall av allvarlig njursvikt har inträffat hos unga här i Sverige med allvarliga påföljder.



17 000 KÖR RATTFULLA VARJE DYGN

Varje timme, varje dygn kör det fulla personer på våra vägar i Sverige. Drogen gör dig oansvarig, mindre alert, du får sämre uppmärksamhet och detta innebär en stor risk för andra trafikanter, cyklister och gående.



DROGERNA KOSTAR SVERIGE 150 MILJARDER VARJE ÅR

Missbruket kostar samhället enormt stora summor varje år. Enligt beräkningar handlar det om ca 66 miljarder kronor för alkohol, 62 miljarder för narkotika och 20 miljarder för läkemedelsmissbruk.



MARIJUANA KAN GE HJÄRNSKADOR

Idag ökar bruket av Marijuana (Cannabis) bland gymnasieeleverna i Sverige. Vi ser en allt liberalare syn runt om i världen med resultatet att fler testar och använder knarket. Nya undersökningar visar att rökning av Cannabis kan ge långvariga skador i hjärnan – och det är unga som drabbas mest, eftersom deras kroppar inte är fullt utvecklade. De kan få problem med inlärning, minne och intelligensen kan påverkas negativt.



FLER OCH FLER UNGA DÖR AV DROGER
Dödsfallen som är orsakade av droger har ökat i åldrarna 15 - 29 år.

Linus Svenning

föddes 13 april 1990 i Västerstad i Skåne. Linus är en svensk sångare som slog igenom stort på youtube. På mindre än ett år blev han lite av ett "Youtube fenomen" då han fick över 6 miljoner visningar på mindre än ett år! Han fick detta genombrott genom att tolka andras låtar men även genom att publicera sitt eget material. Han blev otroligt omtyckt och populär.

Detta genomslag på youtube ledde till att han blev kontaktad av olika skivbolag och managers och snart släppte han sin cover "Utan dina andetag" som sålde platina. Nu såg vi honom i melodifestivalen med låten "Bröder" 2014 och 2015 gick han till final med låten "Forever Starts today".

Hur började du med musik?

Jag har alltid varit musikintresserad, enda sen jag var liten! Men det började nog på riktigt när jag fick tag i en gitarr i 9:e klass. På gymnasiet lärde jag mig spela och då började jag också skriva musik.

Berätta hur det gick sen?

Jag fortsatte att lägga ut material på youtube. Efter 3 år så började jag lägga ut videos på mig själv när jag spelade live. Det var då det blev ett genomslag. Det var nästan överkligt!

Du har ju tagit droger tidigare - hur kom det sig att du började med droger?

Jag har mått väldigt dåligt många gånger i mitt liv. Jag har också tagit mycket antidepressiva tabletter, men det gjorde att allt blev mycket värre. När jag tog andra droger kändes det som en flykt ifrån verkligheten och jag kunde känna mig lite glad när jag tog dom.

Hur kände du dig när du tog tabletterna?

När jag tog tabletterna kände jag mig typ som ett grått skal som bara vandrande omkring - utan kän-

lor. Men trots detta kunde jag hur som helst brista ut i gråt flera gånger i veckan. Under denna tidsperiod var den mest grubblande tanken jag hade - hur jag skulle ta mitt liv. Jag låg många nätter och planerade exakt hur jag skulle göra detta, och vid ett tillfällen lyckades jag nästan.

Sedan började du röka cannabis - hur var det?

De första gångerna när jag rökte var det riktigt "space´at", jag fick skrattattacker och såg syner ibland. Men efter ett par gånger kändes det mer som om jag fick lugn och ro i kroppen, kände mig mer kreativ och kunde fokusera på sig själv & mina känslor. Jag skrev mycket musik under den perioden.

Hur påverkade cannabisen dig senare?

Efter ett tag så började allt bli tvärt emot. Jag glömde vissa saker som jag aldrig glömde innan. Jag orkade inte göra lika mycket som innan och att umgås med människor började bli jobbigt. Även de dörrar som jag upplevde öppnades dvs

dörrarna till kreativiteten stängdes igen. Då var det inte kul längre!

Varför bestämde du dig för att sluta?

För jag ville känna hur det var att bara vara mig själv utan droger eller tabletter. De positiva effekterna väger inte över de negativa. Och de negativa blev bara starkare och starkare - de tog över mer! Jag ville vara ren och ha ett klart sinne.

"Jag tänker inte säga till någon att inte ta droger, heter så är det inte värt det." Linus Svenning

Hur är det nu när du är ren?

Det känns bra! Det känns precis som om jag har ett klarare sinne! :)

Vi håller just nu på att ta fram en singel, som ska släppas under våren!

Du var ju i LA i USA - vad gjorde du där?

Precis! Jag var där och skrev musik och träffade många fantastiska vänner. Samtidigt fick jag också hjälp för att jag använt droger och

gjorde en "detox/ avgiftning" för kroppen. Det kändes skönt efteråt att bli av med all skit! :)

Hur ser du på droger när det kommer till kreativitet och musik?

Som sagt i början kändes det bra - kom på melodier och texter. Det kändes precis som andra dörrar i ens hjärna öppnades!

Faktaruta

favoritfärg svart & röd
favoritkäk en bra burgare slår det mesta!

inspiration olika artister, - många som jag ser upp till
drömrese att flytta till USA

bästa film en av dom bästa filmerna jag har sett är Taken

vad gör du helst en ledig kväll? Bara myser i soffan med tända ljus och gott sällskap

råd till unga sluta aldrig kämpa, ljuset finns på andra sidan tunneln

SE DEN FILMADE INTERVJUN MED LINUS DÄR HAN BERÄTTAR OM MUSIKEN OCH HUR DET VAR ATT TA DROGER PÅ www.isaynodrugs.org

– en ordningsvakt berättar om droger, gäng och hur det är!

Downtown Göteborg

Den senaste tiden har det ju varit mycket skrivelser och hetsiga debatter i sociala media om våld, droger och gängsamlingar. Många känner sig otrygga.

Vi från I SAY NO DRUGS bestämde oss för att få lite mer inblick och träffade en av vakterna som arbetar på plats.



HUR KAN DET SE UT EN LÖRDAG-KVÄLL I CENTRALA GÖTEBORG?

Svar: Centrala Göteborg delas in i Avenyn, Brunns-parken, Nordstan och Centralstationen.

När det gäller Avenyn är det mycket alkohol pga alla klubbar. De flesta människorna är trevliga och de är ute för att ha kul. Men när det är mycket alkohol och många människor - då blir det en hel del alkohol relaterat våld. De "klassiska" fyllerbråken.

När vi snackar mer centralt - som Centralstationen, Nordstan och Brunnspar-ken - har vi mer ungdoms-gäng som hänger och drar fram. Här ser vi mer brott som personrån och stölder.

Här har vi också mer nar-kotika - vilket är tragiskt då många är ganska unga. De kan vara från 6:e klass och uppåt.

ÄR DET NÅGON SKILLNAD MELLAN TJEJER OCH KILLAR?

Svar: Det är fler killar som åker fast än tjejer - gängen består oftast av killar - men vi har den senaste tiden sett en ganska tydlig trend - att fler och fler tjejer börjar hänga med dessa killarna. Det finns flera olika typer av gäng - vissa består av unga killar mellan 12-18 år, andra är lite äldre runt 25 år.

ÄR DET MYCKET BRÅK OCH PROBLEM - HUR ÄR DET?

Svar: Det går lite i tren-der. Som när drogen Spice var på tapeten - då hade vi vissa extrema helger med flera Spice överdoser varje dag! Som tur är så har detta lugnat ner sig.

Tidigare hade vi problem med stora grupper ung-domar som drog runt på "senkvällen" mellan kl. 22.00 - 01.00. Mycket försäljning av droger, bråk mellan grupperna och personrån på allmänhet. Vid gripanden hittades både vapen och narkotika på en del av dessa personer. Denna situation har lugnat ner sig pga ett gott sam-arbete mellan poliser och ordningsvakter!

"Förkvällen" där får vi arbeta hårt med extremt

stora ungdomsgrupper bestående av 100 - tals ungdomar - dessa grupper glider runt i centrum.

VAD GÖR DESSA STORA UNGDOMS-GRUPPER?

Svar: De flesta bara hänger som om det vore en fritidsgård. När vi frågar dom varför de är här så säger dom - "Vi har inget bättre för oss! Alla är ju ändå här!"

Bland dessa ungdomar har vi en relativt stor klick som hittar på en massa skit - som narkotikaförsäljning, bråk, hot, misshandel och personrån.

ÄR DET NÅGON SKILLNAD NU MOT FÖR NÅGRA ÅR SEDAN?

Svar: Ja, det har blivit ett tuffare klimat. Tar bara det senaste året med en kraftig ökning av fler gäng som hänger ute på nätterna, vil-ket tyvärr leder till en ökad otrygghet för allmänheten. Det är en större hotbild mot oss också, tyvärr.

HUR BEMÖTS NI AV ALLMÄNHETEN GENERELLT?

Svar: Det är lite blandat. Men de flesta av allmänhe-ten ser oss som en trygghet och vi bemöts av vänlighet. Men av gängen möts vi ofta av en ganska hotfull och nonchalant attityd - detta har blivit värre.

– Stort tack till alla annonsörer –

Bilvården i Vadstena AB

Plastskador & Montage AB

Limhamns Begravningsbyrå AB

Svenska Målarförbundet
Avd.2 Södra

Audio Pro AB Helsingborg

Robert Lidbeck & Co AB

Baker Tilly MLT KB Malmö

FORAN Sverige AB

SNA Europé AB

Svärtinge Rör & VVS AB

Bulten Sweden AB

Mega EI i Stockholm AB

Canseko AB

Grön Kontorsmiljö AB

Alviks Måleri i Uppsala AB

SweMaint AB

Upplands Stängsel AB

Preem AB

Lyckselemacken AB

Nordic Machine Agency AB

Alfa Laval Corporate AB

BW Fordonsservice AB

Tandläkare Peter Hagberg

Albinsson & Sjöberg AB

Liljewall Arkitekter AB

Comfort Hotel Stockholm
www.choice.se

Hotel Zäta Östersund

Fjärdinglövsgården AB



Tipsruta



Att ha det kul tillsammans med kompisar kan man göra på många sätt - man kan hålla på med sporter, konst, musik, dansa, dataspel, LAN, laga mat, baka, ta hand om djur, engagera sig i något man brinner för - alla har olika intressen och gillar olika saker. Det finns många sidor på nätet där man kan finna ut mer, man kan testa, gå med i någon klubb eller förening. Här kommer några tips.

- När det kommer till dataspel så finns t ex **sverok.se**
- Ni kan gå in på **rf.se** och där finns massor av olika idrottsklubbar
- Det finns även **kampspor.com**
- För er som gillar att baka finns en sida som heter **baka.se** med massor av kul recept.
- Finns en sida med nyttigt godis som heter **kurera.se**

Här kommer ett super enkelt recept på nyttiga hälsobollar/bars.
Vi brukar göra dom som bollar med det kan man välja själv. Det finns en färdig mix från gogreen och de är jättegoda!!!



FÖREBYGGANDE DROGINFORMATION STÄRKER ATT STÅ EMOT -

Grupptryck!

Vi tycker det är viktigt att så många som möjligt kan få förebyggande droginformation - idag är det väldigt lätt att få tag på droger och många kontaktar oss.

I snart 25 år har vi arbetat med att ge droginformation - vilket gjort att vi blivit lite av experter på att nå ungdomar på deras nivå. Föreläsningarna är lätta att förstå, inget krångligt forskarspråk och helt utan pekpinor och moralpredikan. Föreläsningarna inspirerar och motiverar samtidigt som den ger mer information om droger.

Nyligen bjöd **I SAY NO DRUGS** in alla skolor i Göteborg på gratis drogföreläsningar under en dag! Vi är jätteglada att så många kom och det blev succé!

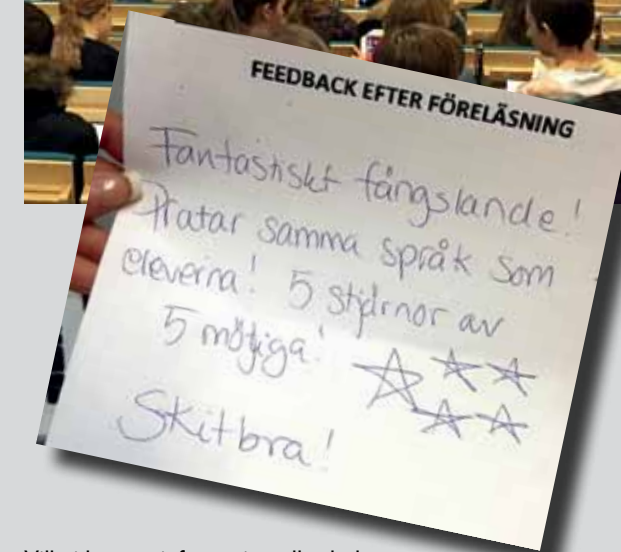
Det var en dag på Folkets hus och alla Göteborgs grundskolor, fick möjligheten att komma på en gratis drogföreläsning. Platserna blev snabbt uppbokade. Hundratals elever och lärare lyssnade på föreläsningen!

Eftersom det är bra med uppföljning - så fick alla var sitt faktahäfte med droginformation.

De fick också en tidning med den kända gladiatoren Spider som också säger **"I SAY NO DRUGS"**!

Vi tackar alla som stödjer **I SAY NO DRUGS** kampanjen och som gjorde det möjligt för oss att gratis föreläsa till ungdomarna i Göteborgs stad.

Stort tack till alla som kom!



Vill ni ha mer information eller boka en föreläsning till er skola ring 031-135707 eller maila till info@droginformation.nu

Gör som de andra - gå med i team

"I SAY NO DRUGS"

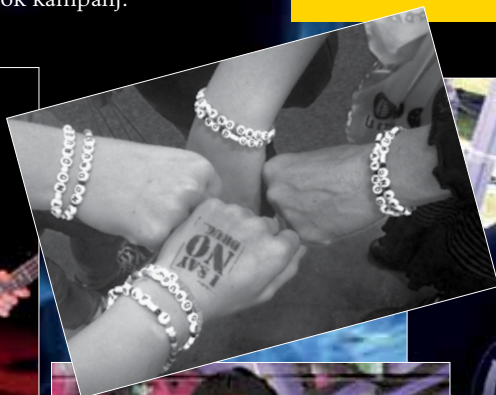
Fler och fler ansluter sig och går med i kampanjen - tusentals ungdomar och vuxna får droginformation och fler och fler väljer att stå upp och visa sitt ställningsstagande angående droger! Vi vill bli ännu fler och vi vill visa att vi är trötta på att se ungdomar droga ner sig. Vi vill inspirera till en framtid där man kan nå sina mål!

Så här gör du:

1. Skaffa en t-shirt, en luvtröja, ett armband eller en pin och visa du vad du tycker och bli en bra förebild.
2. Du kan även skicka in en bild på dig själv med "I say no drugs budskapet" på dig så kommer du med på vår facebook kampanj.

Sakerna kan man beställa på telefon 031-135707 eller via hemsidan droginformation.nu eller www.isaynodrugs.org. Samtidigt som du blir en cool förebild så stödjer du det förebyggande arbetet i skolorna.

Titta in i vår webshop!



Team "I SAY NO DRUGS"
Gå med du också - visa vad du står samtidigt som du gör en insats så fler får inspirerande droginformation!

GÅ IN PÅ WWW.ISAYNODRUGS.ORG FÖR MER INFORMATION

Swisha din gåva direkt med mobilen.

– Enkelt, snabbt och säkert.

Swish.
Betala
enklare



Gör en skillnad idag genom att swisha din gåva till: 123901206