

12

SÁÁ bjargaði
lífi mínu
– aftur



14

Siggi Gunnsteins á eftirlaun



4

Nýársfagnaður og tröllaball



BLAÐ SAMTAKA ÁHUGAFÓLKS UM ÁFENGIS- OG VÍMUEFNAVANDANN • 2. TÖLUBLAÐ • SEPTEMBER 2011



BLAÐIÐ



GALLAGRIPIR TIL BJARGAR TÝNDU KYNSLÓÐINNI

MYND: GUNNI GUNN

Sem hluta af haustdagskrá SÁÁ hafa samtökin fengið fjölda fólks til liðs við sig og meðal annarra þá **Tolla, Bubba, Einar Örn, Jón Gnarr, Sigurjón Egilsson, KK, Stefán Mána, Guðmund Odd** og **Mikael Torfason** en þessir gallagripir hafa alla tíð farið gegn straumnum og vilja miðla þeirri reynslu áfram til nýrrar kynslóðar fallista sem oft eru ungir áfengis- og vímuefnasjúklingar. Það er nefnilega að myndast týnd kynslóð á Íslandi sem passar illa inn í skólakerfið og hefur því litla menntun og enn minni reynslu af atvinnulífinu. » BLS. 8-9.



í blaðinu...



5

KNATTSPYRNUFÉLAG SÁÁ

Það er bati í boltanum og það vita strákarnir sem mæta á æfingar hjá FC SÁÁ. Þeir komust í undanúrslit í Mentosbikarnum fyrr í sumar og mun æfa hart í vetur.



6

MÁNUDAGSBÍÓ

Á mánudagskvöldum verða bíómyndir í Von, Efstaleiti 7. Allar myndirnar tengjast alkóhólisma og fíkn og efnun við til líflegrar umræðu um myndirnar.



12

FJÖLSKYLDUMEDFERÐ

Alkóhólismi er fjölskyldusjúkdómur og SÁÁ rekur meðferð fyrir fjölskyldur alkóhólisma og fíkla. Mikilvægt er að nánustu aðstandendur leiti sér hjálpar.

**ÚTGEFANDI:**

SÁÁ - Samtök áhugafólks um áfengis- og vímuefnavandann Efstaleiti 7, 103 Reykjavík. Sími: 530 7600

ÁBYRGÐARMAÐUR:
Gunnar Smári Egilsson.

RITSTJÓRI:
Mikael Torfason.

LJÓSMYNDARAR:
Gunnar Gunnarsson.

PRENTUN OG DREIFING:
Landsprent og Fréttatíminn.

LEIÐARI**MÖRG ANDLIT ÁFENGIS- OG VÍMUEFNAVANDANS:****BÖL OG FÖGNUMÐUR**

GUNNAR SMÁRI EGILSSON SKRIFAR

Það eru margar hliðar á áfengis- og vímuefnavandanum. Ein er persónuleg og snýr að því hvernig hvert og eitt okkar gengst við sjúkdómnum og tekur ábyrgð á honum. Önnur er hvernig samfélagið bregst við sjúkdóminum; hvernig áfengis- og vímuefnasjúklingar eru greindir í heilbrigðis- og félagskerfinu og beint í rétta meðferð sem hæfir þeim og hentar. Þriðja er hvernig við þróum áfram bestu meðferð við áfengis- og vímuefnasjúki og aðlögum hana að breyttri félags- og andlegri stöðu sjúklinganna; því þótt grunnmynd sjúkdómsins breytist ekki þá breytist birtingarmynd hans með breyttum samfélagsaðstæðum, hugmyndum og sjálfsmynd einstaklinganna. Fjórdra er réttindabaráttu áfengis- og vímuefnasjúklinga fyrir viðurkenningu samfélagsins á tilvist þessa minnihlutahóps, rétti hans til réttar greiningar og réttar meðferðar og rétti á sérsniðinni meðferð og lausnum þegar almennar aðferðir virka illa fyrir hópinn eða jafnvel hættulegar honum. Fimmta er skilningur á sögu okkar; vitundin um þá baráttu sem var háð fyrir þeim réttindum sem við höfum áunnið og þann slæma aðbúnað og illu meðferð sem áfengis- og vímuefnasjúklingar máttu þola áður en þeim tókst að ná yfirráðum yfir hugmyndun-

HARMUR BARNANNA SEM ALAST UPP VIÐ ÞRÚGANDI BÖL ÁFENGIS- OG VÍMUEFNASJÚKDÓMSINS.

um um eigin sjúkdóm og þróa meðferð við honum. Sjötta er fögnuðurinn yfir batanum; frelsinu frá ánaudinni, sem er ekki aðeins fyrra líf án vímuefnasjúki heldur nýtt líf og máttugra; virkar félagslega, andlega og líkamlega. Sjöunda er trúin á að okkar kynslóð tækist að snúa við fjölskyldusögu okkar; að sjúkdómurinn hafi minni áhrif á líf afkomenda okkar; að þeim tækist að losna undan honum eða fundið hjálpar og aðstoð fyrir en okkur auðnaðist. Áttunda er sorgin yfir þeim sem enn þjást og hefur ekki auðnast að leita hjálpar eða þiggja hana — og ekki síst harmur barnanna sem alast upp við þrúgandi böll áfengis- og vímuefnasjúkdómsins.

Allt þetta er inntak í starfsemi SÁÁ; allt þetta eru verkefni okkar og í allt þetta sækjum við viljann og áráðið til að berjast fyrir viðurkenningu og réttindum áfengis- og vímuefnasjúklinga og aðstandenda þeirra.

SÁÁ safnar nýju félögum í allan vetur:

SKÁLDIN AÐSTOÐA VIÐ SÖFNUN FÉLAGA

- HVAÐ:** Félagasöfnun SÁÁ
- HVAR:** SÁÁ, Efstaleiti 7
- HVENÆR:** Í allan vetur
- FYRIR HVERN:** Áhugafólk um áfengis- og vímuefnavandann
- NÁNAR:** Þú getur gerst félagi í SÁÁ á vef samtakanna: www.saa.is

Ekki er af þeim fjármunum sem SÁÁ fær frá ríki, borg eða sveitarfélögum fer til rekstrar félagsstarfsemi SÁÁ. Öll framlög renna óskert í þjónustu við áfengis- og vímuefnasjúklinga og aðstandenda þeirra. SÁÁ fær því í raun engin framlög hvorki frá hinu opinbera; heldur kaupir ríki og borg tiltekna heilbrigðis- og félagsþjónustu af samtökunum. SÁÁ sker sig þannig frá öðrum sjúklingafélögum, sem flest njóta styrkja til almennra félagsstarfsemi og réttindabaráttu.

Félagsstarfsemi SÁÁ er alfarið rekin fyrir félagsgjöld og eigin tekjur samtakanna. Reyndar fer minnsti hluti teknanna til félagsstarfsemi því samtökin hafa í gegnum árin greitt um 1.500 milljónir króna með meðferðinni og sjúkráhusaesktrinum. Í ár stefnir í að SÁÁ leggi um 160 milljónir króna upp í það gat



sem takmörkuð framlög opinberra aðila skilja eftir.

Af þessum sökum er mjög mikilvægt að almenningur allur styðji við bakið á SÁÁ með því að greiða félags- og styrktargjöld til félagsins. Fólk getur valið um að greiða 500, 1.000 eða 1.500 krónur á mánuði. Með því styður fólk ekki SÁÁ einvörðungu með peningum heldur styrkir félagslega stöðu samtakanna. Það er mjög mikilvægt að innan SÁÁ sé breiður og öflugur

hópur fólks sem lætur sig verkefni samtakanna varða.

SÁÁ er eina réttindabaráttufélag áfengis- og vímuefnasjúklinga og aðstandenda þeirra. Það er því mjög mikilvægt að sá hópur styðji samtökin og taki virkan þátt í starfsemi þeirra. Þótt margt hafi áunnist á umliðnum árum fer því fjærri að áfengis- og vímuefnasjúklingar njóti sömu réttinda og aðrir sjúklingar. Við þurfum enn að berjast við forðoma og að fá rétta greiningu og

meðferð innan heilbrigðiskerfisins. Ef áfengis- og vímuefnasjúklingar sýna ekki samstöðu og baráttuvilja er hætt á að ávinningarnir tapist, baráttan staðni og afturför síðustu ára haldi áfram. Í haust mun SÁÁ standa fyrir átaki til félagasöfnunar. Til að örva söfnunina leituðu samtökin til íslenskra ljóðskálda og báðu þau að gefa samtökunum eitt ljóð hvert. Ljóðin verða sett í bók, Skáldagjóf, sem gefin verður nýjum félögum seinna í haust.

Leitað var til 63 skálda á öllum aldri og 63 skáld féllust á að styðja samtökin. Í bókinni verða ljóð eftir eftirtalin skáld (í aldursröð):

Sværrir Norland, Kristín Svava Tómasdóttir, Jón Örn Loðmfjörð, Kristín Eiríksdóttir, Eiríkur Örn Norðdahl, Haukur Már Helgason, Sölvi Björn Sigurðsson, Guðrún Eva Mínervudóttir, Steinar Bragi, Andri Snær Magnason, Sigurbjörg Þrastardóttir, Ingunn

Snædal, Gerður Kristný,

Eiríkur Guðmundsson, Hermann Stefánsson, Kristján Þórður Hrafnsson, Hrafn Jökuls-son, Hrafnhildur Hagalín Guðmundsdóttir, Þórdís Gísladóttir, Didda, Jón Kalman Stefánsson, Bragi Ólafsson, Kristín Ómarsdóttir, Ólafur Jóhann Ólafsson, Sjón, Gyrðir



Elíasson, Hallgrímur Helgason, Elísabet Jökulsdóttir, Linda Vilhjálmsdóttir, Guðmundur Andri Thorsson, Sveinbjörn I. Baldvinsson, Ísak Harðason, Aðalsteinn Ásberg Sigurðsson, Anton Helgi Jónsson, Sigfús Bjartmarsson, Einar Már

Guðmundsson, Þórunn

Valdimarsdóttir, Magnea J. Matthíasdóttir, Vigdís Grímsdóttir, Birgir Svan Símonarson, Óskar Árni Óskarsson, Steinunn Sigurðardóttir, Þórarinn Eldjárn, Ólafur Gunnarsson, Sigurður Pálsson, Ólafur Haukur Símonarson, Pétur Gunnarsson,



Einar Guðmundsson, Megas, Ragnar Ingi Aðalsteinsson, Ingibjörg Haraldsdóttir, Sigurður Guðmundsson, Böðvar Guðmundsson, Jóhann Hjálmarsson, Þorsteinn frá Hamri, Njörður P. Njarðvík, Ingimar Erlendur

Sigurðsson, Guð-

bergur Bergsson, Hannes Pétursson, Matthías Johannesen, Vilborg Dagbjartsdóttir, Sigurður A. Magnússon og Kristján Karlsson.

SÁÁ þakkar skáldunum margfalt fyrir stuðninginn.



Göngudeild SÁÁ er í glæsilegu 1.500 fermetra húsi í Efstaleiti 7 og þar eru líka skrifstofur og alskonar. En jú, þar er líka salur sem er rómaður fyrir góðan hljómburð og á þriðjudögum í haust verður þessi salur nýttur undir bullandi sveitta **ROKKTÓNLEIKA**. Benni Hemm Hemm og Prinspóló ríða á vaðið næsta þriðjudag en áhugasamir ættu að fylgjast með á Facebook og á heimasíðu samtakanna www.saa.is.



ARNAR EGGERT THORODDSEN

„Ég þarf þá varla að taka það fram að eina hugvíkkandi efnið sem verður liðið þarna er kaffið – og kökurnar!“

? **HVAÐ:** Tónleikar

↕ **HVAR:** Von, Efstaleiti 7

➤ **HVENÆR:** Öll þriðjudagskvöld (nema annan þriðjudag í hverjum mánuði)

👤 **FYRIR HVERN:** Allir velkomnir

➔ **NÁNAR:** www.saa.is

KAFFI, KÖKUR OG ROKK & RÓL



SVAVAR PÉTUR EYSTEINSSON

Forsprakki Prins Póló.

BENNI HEMM HEMM

Benni er í algjörum sérflokki.

Hann Gunnar Smári kom að máli við mig í sumar og bað mig um að stýra þessari röð,” segir Arnar Eggert Thoroddsen, framkvæmdastjóri tónleikaraðar sem verður í Vonarhúsinu, Efstaleiti 7, alla þriðjudaga (nema annan þriðjudag í hverjum mánuði) í haust; „við sammæltumst strax um að herja á grasrótina, draga upp það ferskasta og merki-legasta í íslensku tónlist í dag, en auk þess langaði mig til að fá að auki sigldar merkissveitir og bjóða upp á eitthvað sérstakt, eins og t.a.m. rokkabillitónleika og endurspegla þá smáu en mjög svo öflugtu senu,” segir Arnar Eggert skelli-hljáandi því það veður á honum og okkar maður er líka ánægður með þetta því Agent Fresco startar tónleikaröðinni.

Skálmöld, Mugison og Jónas Sig

„Það er auðvitað stórkostlegt að geta hafið þetta með tónleikum Benna Hemm Hemm og Prins Póló. Benni er í algjörum sérflokki, sýn hans á það hvernig á að gera popptónlist er einstök og

hann hefur lítið spilað hér heima undanfarið, enda búsettur í Skotlandi um árabíl. Prins Póló hefur þá aflað sér orðstýr sem ein allra skemmtilegasta tónleikasveit landsins,” segir Arnar en upptakur sveitarinnar eru með öllu óútreiknanlegar.

„Það er vel við hæfi að byrja þessa röð með slíkum fallbyssum. Hljómburðurinn í Vonarsalnum er frábær og mun gera vel við Benna, prinsinn og áhorfendur. Þann 27. September munu Agent Fresco síðan spila en það er hiklaust frambærilegasta rokkband landsins og ein öflugasta tónleikasveit sem ég hef séð. Seinna í haust munu svo sigurvegarar Músíktílauna, Samaris, troða upp og einnig Lára, Skálmöld og þeir Mugison og Jónas Sig. sem munu verða með sérstaka upptakum af tilefni. Fleiri listamenn eru þá heitir fyrir framtakinu.” Arnar segir að heiti tónleikaraðarinnar sé kersknislegur útrúningur á vel þekktu slagorði innan rokkheima, en það sé ekki alls kostar innantómt. „Það verður nefnilega nóg af kaffi og alltaf kaka beint úr ofninum sem fólk getur gætt sér á að

kostnaðarlausu. Þetta verður Kaffi ógrynni af kaffi þarna og kökur sem fólk getur gætt sér á sér að kostnaðarlausu. Kaffi, kökur og rokk & ról!“

Reiði edrúmaðurinn

Arnar Eggert lofar fleiri og nokk furðulegri uppátækjum og ræðir því samhengi um að reiða edrúmanninn sem muni halda stuttan reiðilestur á undan hverju bandi.

„Þá verður alltaf sami prís á tónleikana, 500 kall, sama hver er að spila. Það sem við erum að reyna með þessu, eitthvað sem ég hef persónulegan metnað fyrir, er að búa til tónleikaröð sem snýst um tónleika, eins barnalega og það hljómar,” segir Arnar en tónleikarnir verða sem fyrr segir á þriðjudagskvöldum og verður mikil keyrsla því þeir byrja kl. 20 og eru búnir 22.

„Þetta á að vera eitthvað fyrir sælkerann, að hann geti komið í upphafi viku, og NOTIÐ tónlistarinnar, án þess að eyða 5-6 tímum af dýrmætum helgartíma í það. Ég þarf þá varla að taka það fram að eina hugvíkkandi efnið sem verður liðið þarna er kaffið – og kökurnar!“ -MT

Það eru allir velkomnir í Heiðursmenn:

HEIÐURSMENN ER ENGINN KARLAKLÚBBUR

„Annar hvern fimmtudag hittumst við á Vogu kl. 12,” segir Marius Óskarsson um félagsskap sem kallast Heiðursmenn og hefur haft það fyrirkomulag að bjóða heiðursgesti í mat á Vogu á tveggja vikna fresti síðustu tíu ár.

„Sko, gesturinn mætir hálf tólf og fær kynningu á starfsemi síðan er sest við borð og málin rædd í þaula,” útskýrir Marius en oft skapast líflegar umræður því heiðursgesturinn er yfirleitt einhver sem er í deiglu hverju sinni.

Marius segir að ekki sé um neinn karlklúbb að ræða þótt fyrirbærið heiti Heiðursmenn. „Konur eru líka Heiðursmenn og það eru allir velkomnir. Stundum heldur fólk að það þurfi boðskort til að gerast Heiðursmenn en það er misskilningur. Þú bara mætir og sniðugt



MARIUS ÓSKARSSON „Konur eru líka Heiðursmenn og það eru allir velkomnir. Stundum heldur fólk að það þurfi boðskort til að gerast Heiðursmenn en það er misskilningur.“

að skrá sig á póstlistann hjá okkur: heidursmenn@saa.is

Sjálfur segir Marius að það hafi enginn boðið sér heldur mætti hann bara því Heiðursmenn taki þátt í að styrkja starf-

? **HVAÐ:** Heiðursmenn

↕ **HVAR:** Á Vogu

➤ **HVENÆR:** Annan hvern fimmtudag frá kl. 12-13

👤 **FYRIR HVERN:** Allir velkomnir

➔ **NÁNAR:** www.saa.is og svo gott að skrá sig á póstlista hjá heidursmenn@saa.is



HEIÐURSMENN Á VOGU

Aðra hvora viku, í hádeginu á fimmtudegi, hittast Heiðursmenn á Vogu.

semi SÁÁ. Þá eru þeir oft í samstarfi við Kjarnakonur og líta svona meira á sig sem hulduher SÁÁ en nokkuð annað.

„Og auðvitað tókum við þessu háttíðlega og tókum þennan félagsskap alvarlega,” segir Marius en yfirleitt er góð mæting og oft um 40 manns sem hittast í hádeginu á Vogu.

SJÁLFSTÆTT FÓLK er nýr félagskapur innan SÁÁ sem hefur það að markmiði að skemmta sér og lifa lífinu edrú. Í sumar var haldin útivistarhátíð að Hlöðum í Hvalfirði. Mæting var vonum framar en mörg flottustu bönd landsins spiluðu og það var dansað og hugleitt og farið í sjósund og látið spá fyrir sér og alskonar flipp. Í vetur mun Sjálfstætt fólk standa fyrir nýársfögnuði og tröllaballi.

Nýársfagnaður og tröllaball

- HVAÐ:** Tröllaball
- HVAR:** Von, Efstaleiti 7
- HVENÆR:** 6. Janúar (þrettándinn)
- FYRIR HVERN:** Allir velkomnir
- NÁNAR:** www.saa.is

- HVAÐ:** Nýársfagnaður
- HVAR:** Nánar auglýst síðar
- HVENÆR:** Nýársdag
- FYRIR HVERN:** Sjálfstætt fólk
- NÁNAR:** www.saa.is

Okkur langar að fagna nýju ári með stæl. Fyrst með galakvöldi á nýársdag og svo með fjölskylduballi á þrettándanum," segir Hekla Jósepsdóttir, ein af þeim sem fer fyrir þessum nýja félagskap, Sjálfstæðu fólki, en þrettándaballið verður tröllaball: „Það verður með stóru sniði og allar veitingar verða fyrir tröll líka en hugmyndin er að við borðum öll saman fjölskyldan og skemmtum okkur.“

Ítalskt brúðkaup

Verður tröllaballið þá eins og ítalskt brúðkaup?

„Já, eða þannig. Fjölskyldan mun skemmta sér saman í gleði og kærleika en á útivistarhátíðinni okkar um Verslunarmannahelgina myndast svo rosalega góð stemning að við höfum ákveðið að halda aftur útihátíð á næsta ári," segir Hekla en hópurinn sem stóð að útivistarhátíðinni vill endilega vinna saman að fleiri viðburðum og skemmta sér saman edrú.

Lengi var haldinn nýársfagnaður SÁÁ og var vel sóttur. Það er því vel, að mati Heklu, að Sjálfstætt fólk endurveki þá hefð en nánar verður auglýst síðar hvar og hvenær sá fögnuður verður. Búast má við miklu því mörg af heitustu böndum landsins spiluðu að Hlöðum í Hvalfirði um helgina ásamt gamalreyndum og dádum tónlistarmönnum á borð við KK og Valgeir Skagfjörð.

Heilbriggt líf er töff

„Þrettándinn hittir á föstudagskvöldi í ár og nýársdagur er á sunnudagskvöldi," útskýrir Hekla sem telur það bara betra því það er sjaldgæft að fjölskyldan geti farið saman á ball en skemmtiatriði og annað verður sérhannað fyrir fjölskylduna. Á Hlaðir kom ekki bara Leikhús Lottu til að skemmta börnunum heldur líka Björgvin Franz og Margrét Blöndal fór með krakkana í göngu-



túra í náttúrunni og margt fleira. „Heilbriggt líf er töff," segir Hekla að lokum og biður áhugasama að taka dagana frá og fylgjast nánar með á heimasíðu samtakanna www.saa.is.

HEKLA JÓSEPSDÓTTIR „Hugmyndin er að við borðum öll saman fjölskyldan og skemmtum okkur.“



OF MONSTERS AND MEN Dagskrá Sjálfstættis fólks að Hlöðum um Verslunarmannahelgina mældist ótrúlega vel. Hér er eitt flottasta band landsins að spila fyrir gesti.

5RYTMA DANS Það er hægt að tapa sér í trylltum dansi án áfengis og hér missa bæði börn og fullorðnir sig í nýjasta æðinu á Íslandi í dag: 5Rytma dans.

GUNNAR EYJÓLFSSON Qi Gong og Sjálfstætt fólk að Hlöðum í Hvalfirði en í Vonarsalnum, Efstaleiti 7, er hægt að finna Qi Gong á hverjum morgni.

HOPPUKASTALI FYRIR BÖRNIN

Sjálfstætt fólk ætlar að vera með galadansleik, nýársfagnað, um áramótin en við viljum líka næra alla fjölskylduna og á Tröllaballi á þrettándanum koma fullorðnir og börn saman og dansa og skemmta sér eins og ítölsku brúðkaupi.



SÁÁ bíður upp í dans og félagsvist:

GIFT Í 47 ÁR

„Við byrjuðum að dansa hjá SÁÁ fyrir 19 árum," segir Haukur Jónsson, kokkur hjá Landhelgisgæslunni, en hann kona hans, Lilja Sveinsdóttir afgreiðslukona, mæta alltaf í dansinn, annan hvern laugardag, en þá er ball í Von, Efstaleiti 7.

Og það er félagsvist á undan ballinu er það ekki?

„Jú," segir Lilja sem fær kallinn ekki til að spila við sig en hún er hinsvegar fastagetur í félagsvistinni líka. „Það er mjög skemmtilegt að spila fyrst og fara svo í dansinn. Við höfum verið að spila á 12-20 borðum og það eru allir velkomnir.“

Það kostar fimmtán hundruð inn á ball og félagsvistina (vistin hefst kl. 20 og ballið 22.30 - hljómsveitin Klassík leikur fyrir dansi) og á staðnum eru seld-

HAUKUR OG LILJA
Í dansinum er bæði bati og stuð!



ar vöfflur og kaffi. Lilju og Hauki finnst mikilvægt að það komi fram að dansinn hjálpi mikið bæði sem forvörn og bati. „Svo er SÁÁ líka með dansnámskeið," útskýrir Haukur en það er hjá Auði Haralds í Haukahúsinu í Hafnarfirði og hefst það 15. september. Það er fimmtudagur og eru námskeiðin frá 19.30, tíu tímar á tíu þúsund krónur. En af hverju eruði svona hamingjusöm, voruði að byrja saman? „Nei," hlæja þau Haukur og Lilja sem giftu sig fyrir 47 árum. Þau eiga fjögur börn og sjö barnabörn. Hvernig fariði að þessu? „Við verðum bara að halda námskeið," segir Haukur kíminn.

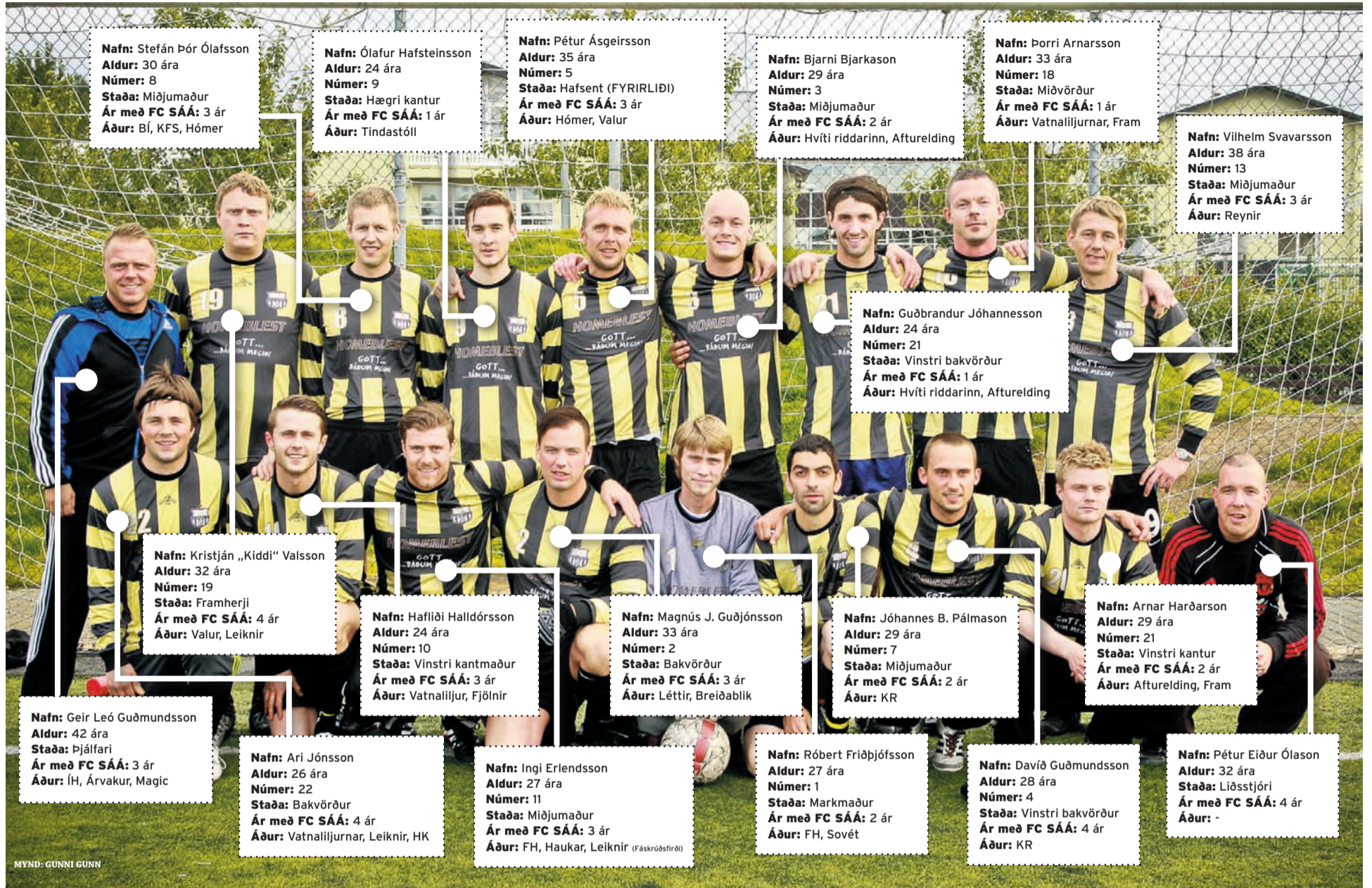
- HVAÐ:** Danskennsla
- HVAR:** Dansskóli Auðar Haralds (Haukahúsinu, Hfj.)
- HVENÆR:** Fimmtudaga kl. 19.30 (námskeiðið hefst 15. september)
- FYRIR HVERN:** Allir velkomnir
- NÁNAR:** www.saa.is

HVAÐ: Félagsvist **HVAR:** Von, Efstaleiti 7 **HVENÆR:** Annan hvern laugardag kl. 20 (sama kvöld og dansinn) **FYRIR HVERN:** Allir velkomnir **NÁNAR:** www.saa.is

HVAÐ: Dans **HVAR:** Von, Efstaleiti 7 **HVENÆR:** Annan hvern laugardag kl. 22. 30 **FYRIR HVERN:** Allir velkomnir **NÁNAR:** www.saa.is

EINN LEIKUR Í EINU

Það eru fjögur ár síðan **KNATTSPYRNUFÉLAG SÁÁ** var stofnað og í sumar komust þeir aftur í undanúrslitin í Mentosbikarnum. Það er hvergi meiri bati en FC SÁÁ og Geir þjálfari segir að ef hausinn sé í lagi getið þeir unnið hvaða lið sem er í utandeildinni og þriðjudeild líka.



Nafn: Stefán Þór Ólafsson
Aldur: 30 ára
Númer: 8
Staða: Miðjumaður
Ár með FC SÁÁ: 3 ár
Áður: BÍ, KFS, Hómer

Nafn: Ólafur Hafsteinsson
Aldur: 24 ára
Númer: 9
Staða: Hægri kantur
Ár með FC SÁÁ: 1 ár
Áður: Tindastóll

Nafn: Pétur Ásgeirsson
Aldur: 35 ára
Númer: 5
Staða: Hafsent (FYRIRLIDI)
Ár með FC SÁÁ: 3 ár
Áður: Hómer, Valur

Nafn: Bjarni Bjarkason
Aldur: 29 ára
Númer: 3
Staða: Miðjumaður
Ár með FC SÁÁ: 2 ár
Áður: Hvíti riddarinn, Afturelding

Nafn: Þorri Arnarsson
Aldur: 33 ára
Númer: 18
Staða: Miðvörður
Ár með FC SÁÁ: 1 ár
Áður: Vatnaliljurnar, Fram

Nafn: Vilhelm Svavarsson
Aldur: 38 ára
Númer: 13
Staða: Miðjumaður
Ár með FC SÁÁ: 3 ár
Áður: Reynir

Nafn: Guðbrandur Jóhannesson
Aldur: 24 ára
Númer: 21
Staða: Vinstri bakvörður
Ár með FC SÁÁ: 1 ár
Áður: Hvíti riddarinn, Afturelding

Nafn: Kristján „Kiddi“ Valsson
Aldur: 32 ára
Númer: 19
Staða: Framherji
Ár með FC SÁÁ: 4 ár
Áður: Valur, Leiknir

Nafn: Hafliði Halldórsson
Aldur: 24 ára
Númer: 10
Staða: Vinstri kantmaður
Ár með FC SÁÁ: 3 ár
Áður: Vatnaliljurnar, Fjölnir

Nafn: Magnús J. Guðjónsson
Aldur: 33 ára
Númer: 2
Staða: Bakvörður
Ár með FC SÁÁ: 3 ár
Áður: Léttir, Breiðablik

Nafn: Jóhannes B. Pálmason
Aldur: 29 ára
Númer: 7
Staða: Miðjumaður
Ár með FC SÁÁ: 2 ár
Áður: KR

Nafn: Arnar Harðarson
Aldur: 29 ára
Númer: 21
Staða: Vinstri kantur
Ár með FC SÁÁ: 2 ár
Áður: Afturelding, Fram

Nafn: Geir Leó Guðmundsson
Aldur: 42 ára
Staða: Þjálfari
Ár með FC SÁÁ: 3 ár
Áður: ÍH, Árvakur, Magic

Nafn: Ari Jónsson
Aldur: 26 ára
Númer: 22
Staða: Bakvörður
Ár með FC SÁÁ: 4 ár
Áður: Vatnaliljurnar, Leiknir, HK

Nafn: Ingi Erendsson
Aldur: 27 ára
Númer: 11
Staða: Miðjumaður
Ár með FC SÁÁ: 3 ár
Áður: FH, Haukar, Leiknir (Fáskrúðfirði)

Nafn: Róbert Friðbjósson
Aldur: 27 ára
Númer: 1
Staða: Markmaður
Ár með FC SÁÁ: 2 ár
Áður: FH, Sovét

Nafn: Davíð Guðmundsson
Aldur: 28 ára
Númer: 4
Staða: Vinstri bakvörður
Ár með FC SÁÁ: 4 ár
Áður: KR

Nafn: Pétur Eiður Ólason
Aldur: 32 ára
Staða: Liðsstjóri
Ár með FC SÁÁ: 4 ár
Áður: -

MYND: GUNNI GUNN

- HVAÐ:** Knattspyrnufélag SÁÁ
- HVAR:** Kórinn
- HVENÆR:** kl. 22 á miðvikudögum (frá og með október)
- FYRIR HVERN:** Þá sem kunna eitthvað í fótbolta
- NÁNAR:** www.knattspyrnufelagsaa.bloggar.is og Facebook

Ef við missum hausinn þá töpum við,“ segir Geir Leó Guðmundsson, þjálfari Knattspyrnufélags SÁÁ, í búningklefa í Kópavogi fyrir tveim vikum en þá voru strákarnir að klæða sig í treyjur fyrir leik við Landsliðið svokallaða (þetta var jafntefli en „við vorum miklu betri,“ sagði Geir eftir leikinn).

„Ef einhver þarna úti hefur áhuga á að koma og spila með flottum strákum í brjáluðum bata þá er bara að finna okkur á vefnum www.knattspyrnufelagsaa.bloggar.is eða senda mér mail á knattspyrnufelagsaa@hotmail.com,“ segir Geir sem hefur þjálfað liðið síðastliðin þrjú ár en hann hefur verið með frá upphafi og þá fyrst sem leikmaður.

EF VIÐ MISSUM HAUSINN ÞÁ TÖPUM VIÐ.

Jákvæðni og fáar snertingar
Sumarið hefur gengið vel, að sögn Geirs og strákanna, og þeir komust aftur í undanúrslit fyrir Mentosbikarinn. Þessar vikurnar eru þeir að reyna að komast í úrslitakeppnina, umspilið svokallaða, og þegar blaðamaður SÁÁ hlýddi á hvatningarræðu þjálfarans fyrir leik í Kópavogi var ljóst að það er bæði gleði og alvara sem fylgir því að spila fyrir FC SÁÁ.

„Og ekkert tuð strákar,“ sagði Geir og vildi að

menn notuðu alla sína orku í að spila fótbolta. „Við ætlum að vera jákvæðir og nota fáar snertingar.“

Fimm á bekknum
Geir Leó leggur yfirleitt upp með 4-5-1 og í leiknum gegn landsliðinu voru fimm á bekknum auk Péturs Ólasonar liðsstjóra en hann hefur verið með frá upphafi („pottþéttur náungi,“ segir Geir).

Í sumar hafa strákarnir æft á Framvellingum á þriðjudögum kl. 19.15 en frá og með október verða æfingar í Kórnum á miðvikudagskvöldum kl. 22.

„Hjá okkur er þetta bara einn leikur í einu,“ segir Geir eftir jafnteflið í Kópavogi og er strax farinn að huga að næsta leik.

Á morgun klukkan tvö fer Guðjón Friðriksson með þig í rónagöngu:

SVÍNASTÍAN, LANGIBAR OG KEISARINN

„Ég byrja gönguna á frægum stað sem var upp á sitt besta á nítjándu öld og var kallaður Svínastían,“ segir Guðjón Friðriksson sagnfræðingur um rónagönguna sem hann bíður alla velkomna í á morgun kl. 14.

„Staðurinn var á horni Aðalstrætis og Austurstrætis, eiginlega á miðju Ingólfstorgi, og þessi krá var þrískipt og var stéttaskipting mikil og sterk þarna. Lægst í virðingastíganum voru dónarnir svokölluðu,“ útskýrir Guðjón sem er uppfullur af fróðleik um rónanna í Reykjavík og bendir á að Hótel Ísland hafi vaxið upp úr þessari krá og þar var drukkidi þar til góðtemplarar keyptu hótelið rétt fyrir áfengisbannið.

„Ég mun ganga um bæinn og segja frá Langabar sem var hlið Fjalakattarins og auðvitað fer ég Hafnarstræti en það var



GUÐJÓN FRÍÐRIKSSON „Ég byrja gönguna á frægum stað sem var upp á sitt besta á nítjándu öld og var kallaður Svínastían.“

- HVAÐ:** Rónaganga
- HVAR:** Hittumst á Ingólfstorgi
- HVENÆR:** Laugardaginn 3. september kl. 14 (á morgun)
- FYRIR HVERN:** Allir velkomnir
- NÁNAR:** www.saa.is

lengi aðal rónagatan samanber uppnefnið Hafnarstrætisróni,“ segir Guðjón og bendir á að um tíma hafi verið bar þar sem Hornið er núna og þar drukku menn sem kallaðir voru barónar. „Sumir halda því fram að þaðan sé orðið róni komið, sem þá stytting á baróni, en það eru til ófrýnilegar lýsingar frá þessum bar sem hét Bar Reykjavíkur.“

Það ættu sem fæstir að láta þennan einstaka viðburð fram hjá sér fara og margt sem leikmenn vita ekki. Til dæmis að rónarnir héngu mikið til í Hafnarstræti á meðan lögreglustöðin var þar en upp úr 1960 þegar lögreglustöðin flutti á Hlemm var eins og rónarnir eltu hana þangað og settust löngu síðar við drykkju á Keisaranum. Guðjón mun fara yfir þetta allt á morgun kl. 14 og miklu meira en það.



BJÖRN KARLSSON „Ef þú ert búin að fara bara á þinn AA fund í 20 ára og átt þitt sæti þar getur verið gott að hressa aðeins upp á sig.“

Í 20 ár hafa batahelgar SÁÁ mælst ótrúleg vel fyrir:

Við eigum öll okkar vonir og drauma

„Það skrítna við þennan sjúkdóm er náttúrulega að það er sama munstur á honum, sama hvaðan við komum, og jú jú, við eigum öll okkar eigin vonir og drauma en við hittumst ekki og setjum batann í fyrsta sæti er hætt við að það rætist fátt.“ segir Björn Karlsson ráðgjafi en hann hefur unnið hjá SÁÁ í bráðum níunda ári og segir að batahelgarar séu ótrúlega kröftugar.

„Næst höldum við batanámsskeið laugardag og sunnudag 19. og 20. nóvember og það mæta yfirleitt milli 10 og 30 manns sem öll eiga það sameiginlegt að vera með búin að vera edru í yfir þrjú mánuði.“ útskýrir Björn og segir hugmyndina að fólk staðsetji sig í batanum; „við komum öll úr alskonar aðstæðum, hinum og þessum forholum og allir eru að glíma við sitt. En þarna hittumst við og miðlum reynslu okkar. Sumir hafa verið edru svo áratugum skiptir aðrir styttra og allir hlýða á fyrirlestur um batann og sjúkdóminn og svo er unnið í grúbbum.“

Að sögn Björns er þetta eins og hvert annað námskeið og auðvitað kemur fólk þarna sem hefur lent á einhverjum flúðum eða er hugsanlega á strandstað en þau sem telja sig hafa náð langt í batanum geta líka fengið mikla innspýtingu frá svona batahelgi.

„Ef þú ert búin að fara bara á þinn AA fund í 20 ára og átt þitt sæti þar getur verið gott að hressa aðeins upp á sig. Það er þróun í þessu eins og öðru. Hér fyrir tíu eða tólf árum varð mikil sporavakning á Íslandi en sú vinna sem nú fer fram í því öllu þekktist varla fyrir þann tíma. Fólk getur því grætt mjög mikið á því að fylgjast með og þarna hittist líka fólk og þegar það gerist þá geta myndast sterk tengsl sem haldast jafnvel ævilangt.“ segir Björn er sjálfur spennitur fyrir næstu batahelgi, hann hefur verið þrisvar og það er alltaf jafn gaman.

HVAÐ: Batahelgi

HVAR: Von, Efstaleiti 7

HVENÆR: Helgin 19. – 20. nóvember

FYRIR HVERN: Allir velkomnir (edru 3 mánuðir eða lengur)

NÁNAR: www.saa.is



BROT ÚR SÖGU FÍKLA

HVAÐ: Mánudagsbíó

HVAR: Von, Efstaleiti 7

HVENÆR: Mánudaga kl. 21september)

FYRIR HVERN: Allir velkomnir

NÁNAR: www.saa.is

Öll mánudagskvöld kl. 21 verður bíói í Efstaleiti 7, Vonarhúsinu. Þar er aðstaða öll til fyrirmyndar og sýningar hefjast á spjalli sérfræðings um myndina. Stundum er lagt út frá höfundunum, stundum rætt um bakgrunn sögunnar (hvernig viðkomandi efni komu á markað, hvernig áfengis- eða vímuefnamedferð var í boði) og stundum hvað litar hugmyndir sögupersónanna. Eftir sýninguna er gestum síðan boðið að leggja orð í belg.

Fæstar af þessum myndum eru gerðar með meðferð eða bata í huga. Fólk ætti því ekki að líta á mánudagsbíó sem meðferð heldur sem brot úr sögu fiklanna í gegnum tíðina. Það er mikilvægt fyrir áfengis- og vímuefnasjúklinga að vera meðvitaðir um þessa sögu; hvernig aðgerðir stjórnvalda hafa aukið vanda þessa hóps, hvernig sjálfmynd hópsins og hugmyndir um sjúkdóminn hafa breyst og að sjúkdómurinn á sér ekki síður þjóðfélags- og menningarlega hlið en lækisfræðilega eða persónulega.

Upplýsingar um myndirnar verða á www.saa.is. Fyrsta myndin verður sýnd núna á mánudaginn (5. September). Það er stórmerkelig Óskarsverðlaunamynd frá 1945 um túradrykkjumann, gerð 6 árum eftir útkomu AA-bókarinnar. Mánudaginn þar á eftir, 12. september, sýnum við Drugstore Cowboy og Pollock er á dagskrá mánudaginn 19. september kl. 21.

Á mánudagskvöldum í haust verður **BÍÓ Í VON**, Efstaleiti 7. Allar verða myndirnar tengdar áfengis- og vímuefnasýki en ráðgert er að sýna myndir frá öllum tímum, flestar bandarískar en líka japanskar, danskar, ástralskar og allt. Sumar fjalla um drykkjumenn, aðrar dópista og fæstar eru í bata heldur um fólk sem er að drepa sig og tortíma sínum nánustu.

19. september
POLLOCK
Bandarísk 2000
Leikstjóri: Ed Harris
Leikarar: Ed Harris, Marcia Gay Harden, Tom Bower.



Um það leiti sem Charles R. Jackson, höfundur The Lost Weekend, var loks að ná einhverjum edrúttíma innan AA í New York árið 1938 hóf málariinn Jackson Pollock meðferð hjá dr. Joseph Henderson í sömu borg í von um að sigra sinn alkóhólisma. Henderson þessi var nemandi C.G. Jung, þess sama austuríska geðlæknis og skrifaði til Bill Wilson um líkindi alkóhólisma við þrána eftir Guði, einhverju æðra eða því að tilheyra. Stutt bréf Jung varð Bill mikil hvatning; staðfesting á því sem hann taldi sig þegar vita.

Það fer litlum sögum af árangrinum af meðferðinni. Tengsl Pollock við kenningar Jung hafa hins vegar orðið listfræðingum uppspretta útskýringa á myndmáli Pollock á fyrri hluta ferilsins. Pollock var í meðferð hjá dr. Henderson í þrjú ár og síðan ári til viðbótar hjá öðrum jungískum geðlækni. En hann hélt áfram að drekka, þótt hann reyndi allt til að hætta því.

Aðferðirnar sem Pollock notaði til að hemja drykkjuna eru flestum alkóhólísum vel kunnar. Hann flutti meðal annars út í sveit og þá dró mjög úr drykkjunni. Þar til hann fékk sér bíl og gat keyrt á barinn. Svo missti hann bílinn og hjólaði þess í stað á barina. Leiðin heim gat af skiljanlegum ástæðum orðið skautleg. Ein slík skilaði honum á læknastofu þar sem hann hittir lækni að nafni Edwin Heller. Sá hafði engan áhuga á djúpsálarlífi Pollock eða hæfileikum heldur á því einu að halda honum frá drykkju. Og þetta varð upphafið af stuttum blómatíma Pollock, einu mesta sköpunargosi listasögunnar.

Ári áður, 1947, lauk Pollock við 17 myndir. 1948 urðu þær 32, 1949 40 og 1950 kláraði hann 55 myndir. Og

vegna ómeðhöndlaðs alkóhólisma. Það er svo augljóst að eitthvað vantar í þessi verk að listfræðingar hafa búið til þá kenningu að fégráðugir aðstandendur hafi tekið og selt verkin áður en de Kooning gat klárað þau. Meðvirkni með alkanum getur þannig jafnvel teygst sinn í fræðilegar útskýringar.

Franz Kline kemur líka lítilla við sögu í myndinni. Hann var drykkjufélagi Pollock og mikill vinur de Kooning og stórkostlegur málari. Hann dó 52 ára eftir hjartaslag og nokkra ára veikindi. Þótt hæpið sé að segja að Kline hafi dáið úr alkóhólisma má fullyrða að hann hafi ekki farið vel með sig.

Arshile Gorky, armenskur málari sem flúði til Bandaríkjanna, hafði mikil áhrif á de Kooning og aðra málara þeirrar kynslóðar. Gorky málaði sig eiginlega í gegnum arfleið Picasso og að ameríska abstrakt-expressionímanum. Ferill hans er því glæsileg leiðsögn í gegnum endursköpun málalistarinnar á þessum umbrotatímum. En ferill þessa mikla hæfileikamanns – og drykkjumanns – varð endaslepptur. Hann sat í bíl með dauðadruknum gallerieigenda sem keyrði út af með þeim afleiðingum að hann hálsbrotnaði og pensilhönd hans lamaðist, tilraunir til að græða sárin misfórust og gerðu illt verra og Gorky þjádíst af látlausum verkjum, konan yfirgaf hann og tók börnin með sér, hann kveikti í hlöðunni sem hann notaði sem vinnustofu og fjölmörg verk brunnu inni. Að lokum hengdi hann sig 44 ára gamall.

Einn höfuðsnillingur abstrakt-expressionísmans til, Mark Rothko, tæmdi úr svefnpilluglasi og skar sig á púlís á vinnustofu sinni 66 ára gamall. Þar bjó hann einn eftir að hann hafði yfirgefið fjölskylduna. Rothko greindist með slagæðargúlp í heila og var ráðlagt að breyta mataræði og draga úr reykingum og drykkju. Hann gerði ekkert af þessu. Fjölskyldan eignaði gúlpinum vaxandi samskiptaörðugleika, geðofsaköst og ólund en líklega höfðu stigmagnaðar afleiðingar drykkjunnar sitt að segja.

Þetta snýst ekki aðeins um magn heldur er enginn vafi á að þessi þrjú ár 1948-50 eru hápunktur sköpunar Pollock. Heller lækni dó í bílslysi 1950 en Pollock hélt sér samt edru í átta mánuði eftir dauða hans. Á þeim tíma voru teknar frægar myndir og upptökur af honum að mála í fullkominni leiðsögn, gersamlega ónæmur fyrir öllu nema verkinu.

1951 lauk Pollock við 32 myndir, 1952 við 16 og 1953 við aðeins 10. Alkóhólísminn var að éta manninn að innan. Myndirnar urðu lakari, litirnir dekkri. Síðustu árin málaði hann ekkert; drakk bara. Hann drap sig með því að keyra drukkinn bíl beint á tré. Vinur hans dó einnig í slysinu en ástkona hans lifði af. Pollock var 44 ára þegar hann dó.

Annað stórmenni í hópi bandarískra abstrakt-expressionísta, Willem de Kooning (Val Kilmer leikur hann í myndinni), var líka fárveikur alkóhólísti. Hann dó reyndar í hárríelli, 93 ára gamall, illa farinn af alzheimer. Ferill de Kooning er líkur ferli annarra hæfileikamanna sem draga alkóhólísmann á eftir sér. Honum tókst að skapa stórkostleg listaverk út úr miklum innri átökum og persónulegum uppgjörum en varð síðan endurtekningarsamur upp úr miðjum aldri. Verk síðustu áratuga bera með sér einkenni heliáryrnunar

Sigurjón M. Egilsson fer fyrir Gönguhóp SÁÁ:

LITIRNIR, FUGLARNIR, SNJÓRINN OG ALLT

„Ólafur sveinsson, sem við þekkjum mörg frá starfi SÁÁ, ætla að leiða göngurnar á móti mér,“ segir Sigurjón M. Egilsson blaðamaður um Gönguhóp SÁÁ sem starfræktur var síðasta vetur og í sumar. Þegar best hefur látið hafa mátt 20 en minnst 4 og segir Sigurjón að mætingin megi vera mun betri.

„Það ávinnt margt á göngum. Hvergi gefst betri tími eða aðstæður til að hugsa um sjálfan sig, rifja upp tíunda sporið, fara með bænirnar, þakkirnar og allt sem við þurfum til að viðhalda því góða sem við höfum fengið,“ segir Sigurjón en dagskrá næsta mánaðar er

að ganga í Búrfellsgjá (6. sept), á Reykjafell (13. sept), Mosfell (20. sept) og Vífilsstaðavatn (27. sept) en þar sem við erum háð birtunni er dagskráin ákveðinn einn mánuð í senn og nánar auglýst á vef samtakanna www.saa.is.

Áhugasömum er bent á að mæta bara og í göngunum er batinn í fyrirrúmi og lítið mál að sameinast í bíla en mæting er á þriðjudögum kl. 18 í Von, Efstaleiti 7.

„Og ekki má gleyma hinu,“ segir Sigurjón að lokum, „það er vitund gagnvart náttúru og landi. Það er stórfenglegt að skynja lyktina, litina, fuglana, jurtirnar, snjó-



SIGURJÓN M. EGILSSON Hér er Sigurjón á Helgafelli en þangað fór Gönguhópur SÁÁ í sumar.

inn og allt það sem verður að vegi manns.“

HVAÐ: Gönguhópurinn

HVAR: Von, Efstaleiti 7

HVENÆR: Þriðjudaga kl. 18

FYRIR HVERN: Allir velkomnir

NÁNAR: www.saa.is

12. september

DRUGSTORE COWBOY

Bandarísk 1989

Leikstjóri: Gus Van Sant

Leikarar: Matt Dillon, Kelly Lynch, James LeGros, William S. Burroughs

Drugstore Cowboy kom ferli Gus Van Sant á flug og líklega hefur hann enn ekki gert betur – nema ef vera skyldi My Own Private Idaho. Handritið var byggt á þá óbirtri sögu James Fogle. Fogle þessi er kostulegur fyr, döpisti, tugthúslímur og glæpamaður – en skemmtilegur sögumaður og fínn penni. Drugstore Cowboy er byggð á parti af æfi Fogle; að hluta til sjálfs-æfisöguleg og að hluta til sú mynd sem Fogle vill gefa af sjálfum sér.

James Fogle var drykkfeldur smákrímmi sem sérhæfði sig ungur í að ræna lyfjaverslanir við norðan-verða Kyrrahafsströnd Bandaríkjanna vegna þess að þar voru ekki vopnaðir verðir og að til var virkur markaður fyrir læknaðop þar sem skipta mátti ránsfengnum fyrir peninga. Fogle féll þó á endanum í freistni og fór sjálfur að nota lyfin sem hann stal. Hann var reglulega handtekinn og sat lengst af bak við lás og slá. Þar dró hann úr lyfjaáti, las mikið og skrifaði ýmislegt. Þegar Drugstore Cowboy var frumsýnd 1989 sat Fogle í fangelsi, 52 ára útlifaður kall og ekki ýkja líkur Matt Dillon í myndinni.

Frægðarsólin skein því ekki skært á Fogle og velgengnin varð honum ekki til blessunar. Í mars á þessu ári var hann dæmdur enn á ný, nú í 15 ára fangelsi. Og sakarefnið var kunnuglegt; rán og ránstíraunir í nokkrum lyfjabúðum. Þegar dómurinn féll var Fogle 73 ára gamall. Hann var spurður hvort það væri ekki sárt að horfa til þess að hann myndi að öllum líkindum deyja í fangelsinu og aldrei ná því að verða frjális. Fogle svaraði því til að miðað við lífnadinn á sér væri hann örugglega dauður ef hann hefði ekki verið handtekinn ári fyrir. Og ef hann hefði ekki setið í fangelsinum öll þessi ár hefði hann lesið minna og örugglega ekkert skrifað. Hann þakkaði því fangelsum fyrir langt og ágætt líf.



Drugstore Cowboy er ekki skrifuð af manni sem hefur kynnst bata. Aðalpersónan reynir reyndar að láta renna af sér í myndinni en yfir sögunni svifa hugmyndir um döpneyslu sem frjálst val á lífsstíl, ofsóknir lögreglu gegn döpistum og óbærileg leiðindi edrúllífs. Þessar hugmyndir holdgerast í William S. Burroughs, sem leikur gamlan og lífseigan döpista í myndinni, hlutverk sem ekki er í bók Fogle heldur byggt á smásögu eftir Burroughs sjálfan.

William S. Burroughs var einmitt þetta; gamall og ótrúlega lífseigur döpisti. Burroughs var fæddur 1914, sama ár og ópíum varð ólöglegt í Bandaríkjunum. Hann var því orðinn 75 ára þegar hann lék í myndinni. Og hann lifði enn lengur; var orðinn 83 ára þegar hann dó.

Pótt Burroughs hafi ekki orðið háður heróíni fyrr en 30 árum eftir að ópíum var bannað ber afstaða hans til döpistans og hvernig samfélagið tekur á honum merki þess hvernig stjórnvöld brugðust því fólki sem var háð ópíumefnum þegar efnin voru bönnuð 1914. Þá hafði morfín og önnur ópíumefni verið notuð til lækninga áratugum saman. Ópíum var stofninn í nánast öllum verkja-lyfjum og var notað í fjölda lyfja við ýmsum kvillum. Sumir lækna reyndur meira að segja að lækna alkóhólisma með ópíum. Óhjákvæmilega hafi þvi stór hópur fólks þróað með sér

fíkn í þessi efni. Þegar þessi lyf voru gerð ólögleg og þeim lögum fylgt hart eftir með handtökum á læknum, sem héldu áfram að útvega fólki skammtinn sinn varð á einu bretti til stór hópur ólöglegra döpista. Í þessari fyrstu kynslóð ólöglegra döpista voru konur í meirihluta og lang flestir tilheyrðu millistétt. Þetta fólk upplifði skyndilegu stefnubreytingu stjórnvalda sem svik. Vímuefnasýki þess var skyndilega glæpavædd. Á einni nóttu var þessu fólki steypð úr virðulegri millistétt og gert að glæpamönnum. Það gat ekki lengur fengið lyfin sín hjá læknum heldur varð að treysta á framboðið á götunni.

Í þessum sviptingum spruttu upp allskyns meðferðir við ópíumfíkn. Þegar farið hefur verið yfir gögn sjúkrafostnana og meðferðarheimila telja menn að um 2 prósent sjúklinganna hafi tekist að halda sér frá neyslu eftir meðferð. Aðrir héldu neyslunni áfram þrátt fyrir að hún væri ólögleg.

Af Burroughs er það að segja að honum tókst aldrei að losna við heróínið. Hann var á methadoni þegar hann dó eftir að hafa verið meira og minna háður ópíumefnum í meira en hálfa öld. Hann skaut konuna sína í svaltveislu þar sem hún stóð með epli á hausnum eins og sonur Vilhjálm Tel. Sonur hans dó úr alkóhólisma og sakaði föður sinn um ömurleika eigin lífs; meðal annars að einn af döpíumefnum hans hefði nauðgað sér á unglingsárunum.

Burroughs hafði mikil persónuleg kynni og áhrif á bittnikskáldin á fimmta og sjötta áratugnum – eituræturnar sem Laxness kallaði – einkum Allen Ginsberg og Jack Kerouac. Burroughs var aðeins eldri en þessi kynslóð skálda og rithöfundar, en byrjaði samt seinna að skrifa. Flest það sem hann skrifaði var byggt á upplifunum hans og hugmyndum sem heróíníkill. Þótt hann væri aldrei mikið lesinn óx orðspor hans og hann varð á endanum einskonaar tákngervingur þess sem stendur utan samfélagsins; nauðugur en líka viljugur. Þessi staða tryggði honum endalaust framboð af ungun aðdáendum sem sóttust eftir kynnum við hann og greiddu fyrir með heróíni.

5. september

THE LOST WEEKEND

Bandarísk, 1945

Leikstjóri: Billy Wilder

Leikarar: Ray Milland, Jane Wyman, Phillip Terry



Óskarsverðlaunamynd frá 1945. Besta myndin, besta handritið, besti leikstjóriinn (Billy Wilder) og besti leikarinn í aðalhlutverki (Ray Milland).

Eftir að hafa unnið handritið að Double Indemnity með Raymond Chandler leitaði leikstjóriinn Billy Wilder að efni í næstu mynd sem gæti skýrt fyrir honum hvernig alkóhólismi umbreytt mönnum. Þegar þeir hófu skrifin var Chandler í AA en hann féll síðan um það leiti sem þeir voru að klára handritið. Wilder kenndi sér um og taldi sig hafa keyrt Chandler út og hrakið hann út í drykkju. Þegar Chandler kvartaði undan því að sér hefði ekki verið boðið í frumsýningarpartíð spurði Wilder hvernig hann hefði átt að gera það. Chandler hefði verið dauður undir borði á einhverjum barnum.

Wilder fann það sem hann leitaði að bók eftir Charles R. Jackson, The Lost Weekend. Þetta er lýsing á fimm daga drykkjutúr langt leidd

alkóhólisma í New York snemma á fjórða áratugnum. Jackson þekkti efnið vel. Hann hafði verið túramaður en reyndi að hætta. Eftir brósótta göngu í tvö ár náði hann bata innan AA þegar hann var 36 ára, 1938. Jackson hefur því örugglega setið marga fundi með upphafsmönnum AA í New York. Til að staðsetja bata Jackson í sögu AA má geta þess að AA-bókin kom út 1939 þegar Jackson var búinn að vera edrú í ár. Um það leyti sem hann náði að stöðva drykkjuna neitaði John D. Rockefeller jr. Bill Wilson um fjárstuðning til að reisa AA-spítala með þeim orðum að AA ætti að hafna utan að komandi fjárhagsaðstoð.

Þrátt fyrir góð tengsl við AA – Jackson var dyggur talsmaður

samtakanna og meðal annars sá fyrsti sem fjallaði opinberlega um misnotkun á lyfjum samhliða drykkju – koma samtökin ekki fyrir í The Lost Weekend, enda gerist sagan fyrir stofnun AA. Í bókinni – og myndinni – koma hins vegar fram hverskonar meðferð áfengissjúklingar fengu á spítöllum áður en AA-leiðin breytti hugmyndum manna um leið til bata.

Bók Jackson varð metsölubók og bíómyndin sló líka í gegn. Þessi fyrrum túramaður og hálfildingsróni varð ágætlega fjáður og menn biðu spenntir eftir næstu verkum hans. Hann flutti með nýstofnaða fjölskyldu til Hollywood en síðan aftur til Austurstrandarinnar. Næsta bók hans seldist ágætlega en fékk blöndna dóma. Þar næsta bók fékk laka dóma og dræma sölu.

Jackson féll eftir margra ára edrúmennsku. Hann yfirgaf fjölskylduna og leigði íbúð með samkynhneigðum vini sínum í New York. Hann leigði herbergi á Chelsea Hotel og 21. september 1968 gleypti hann heilt glas af svefntöflum og vaknaði aldrei aftur. Hann var 65 ára þegar hann dó.

Charles R. Jackson er langt í frá eini alkóhólístin sem hefur dáið sviplega á þessu nafntogaða hóteli. Nancy Spungen, spússa Sid Vicious dó þar tíu árum síðar, 12. október 1978, og írski skáldið Dylan Thomas 15 árum fyrr, 9. nóvember 1953.

Kjarnakonur SÁÁ hittast vikulega:

ALLT AÐ 100 KONUR

„Það hafa mætt alveg frá fjórum konum og upp í hundrad á síðustu tíu árum,“ segir Lára Erlingsdóttir, lyfjatæknir og Kjarnakona. „Okkar markmið eru einföld; bati við sjúkdómnum og stuðningur við SÁÁ.“ Kjarnakonur eru félagsskapur kvenna sem hittast vikulega og taka þátt í starfi SÁÁ með því að safna peningum en í fyrsta sæti er batinn og fræðsla um sjúkdóminn. Allar konur eru velkomnar og það þarf ekkert boðskort held-



SOLLA OG KJARNAKONUR Það er um að gera að taka þátt því Kjarnakonur vilja stuðla að heilbrigðu og fallegu lífi.

ur bara mæta og deila reynslu sinni, styrk og vonum með öðrum konum.

- ❓ **HVAD:** Kjarnakonur
- ➕ **HVAR:** Von, Efstaleiti 7
- **HVENÆR:** Alla miðvikudaga kl. 20
- 👤 **FYRIR HVERN:** Konur
- ➡ **NÁNAR:** www.saa.is



GUDMANN MAGNÚSSON
Ef þú ert karlmaður kominn yfir fermingaraldur þá eru um 18% líkur á að þú munir fara á Vog fyrir eða síðar.

Yfir 20 þúsund núlifandi Íslendinga hafa leitað sér meðferðar hjá SÁÁ:

ALLT SEM ÞÚ ÞARFT AÐ VITA UM ALKÓHÓLISMA Á 45 MÍNÚTUM

„Það eru allir velkomnir og þessi kynning kostar ekkert,“ segir Guðmann Magnússon ráðgjafi um Allt sem þú þarft að vita um alkóhólisma (og vanda aðstandenda) á 45 mínútum. „Það er mjög mikilvægt bæði fyrir alkóhólisma og aðstandendur þeirra, og reyndar alla sem hafa áhuga, að kynna sér sjúkdóminn og starfsemi SÁÁ.“

Í raun má segja að flestir Íslendingar hefðu not af svona kynningu því öll erum við á einhvern hátt tengd áfengissýki.

„Svo ekki sé talað um þá staðreynd að yfir 20 þúsund Íslendingar hafa komið til SÁÁ í meðferð – núlifandi Íslendingar – frá stofnun samtakanna árið 1977,“ segir Guðmann og bendir á að ef þú ert karlmaður kominn yfir fermingaraldur þá eru um 18% líkur á að þú munir fara á Vog fyrir eða síðar. 10% ef þú ert stúlka komin yfir sama aldur. „Þannig að ég myndi segja að flestir Íslendingar standi nærri einhverj-

- ❓ **HVAD:** Kynningarfundur
- ➕ **HVAR:** Von, Efstaleiti 7
- **HVENÆR:** Fimmtudaga kl. 18
- 👤 **FYRIR HVERN:** Allir velkomnir
- ➡ **NÁNAR:** www.saa.is

um alkóhólisma. Þessi sjúkdómur snertir okkur öll að einhverju leiti.“

Á kynningarfundinum er stíklad á stóru varðandi hvað alkóhólismi er og af hverju hann sé kallaður fjölskyldusjúkdómur. Svo er farið yfir hugmyndafræði SÁÁ og úrræðin sem eru í boði fyrir alkóhólisma og fjölskyldur þeirra.

RMG

í Von



RÚNAR ÞÓR, MEGAS & GYLFI ÆGIS

Í VON, EFSTALEITI 7, SUNNUDAGINN 4. SEPTEMBER KL. 21. AÐGANGSEYRIR 2.000.- KRÓNUR rennur óskertur til SÁÁ

Samtök áhugasamra áfengis- og vímuefnavandann



ÞAÐ SKEMMILTILEGA

Það er að myndast jaðarhópur í samfélaginu, týnda kynslóðin, sem passar ekki í skólana og fær ekki vinnu og berst við áfengis- og vímuefnavanda. **GUNNAR SMÁRI EGILSSON**, formaður SÁÁ, sagði *Mikael Torfasyni* frá því hvað hann vill gera til að hjálpa strákum og stelpum sem eru nákvæmlega eins og hann og allir hinir gallagripirnir sem stigu út fyrir normið.

„Við alkóhólistar verðum að horfast í augu við að það er verið að fara mjög illa með unga fólkid okkar. Það er verið að yta því út á jaðarinn í samfélaginu, loka það úti. Það er búið að hamra á því síðan einhverjum tímann í grunnskóla að það sé mislukkað, gallað og eigi enga framtíð — nema að það verði eins og Hin. Og Hin eru fólk sem situr stíllt í skóla fram undir þrítugt, sleppur út með einhverja BA-gráðu og situr svo á rassinum á einhverjum fundum daginn út og inn. Auðvitað er ekkert að því ef einhverjir vilja verja lífi sínu svona. En að ætla að troða öllum inn í þetta mót — með góðu og illu, fémútum og lyfjagjöfum — er náttúrulega galið,” segir Gunnar Smári Egilsson, formaður SÁÁ.

Samtökin eru nú að undirbúa prógramm til að aðstoða ungt atvinnulaust fólk með áfengis- og vímuefnavanda, sem er með litla menntun og takmarkaða reynslu af vinnumarkaði.

„Við eigum að viðurkenna að það er ekkert að þessum krökkum. Það er kerfið sem er arfavitlaust,” segir Gunnar Smári. „Fyrir 30-40 árum fóru kannski 20 prósent af hverjum árgangi í framhaldsskóla. Nú fara um 70 prósent þangað. Og okkur finnst það ekki nóg. Samt vita allir að framhaldsskólinn hefur ekki þroskast til að taka á móti 70 prósent af fólkunni í stað 20 prósent. Ungu fólkid hefur ekkert breyst. Það er með sömu genin, sömu hæfileikana, orkuna og athyglina og áður. Í stað þess að skólinn teygji sig í átt til áhuga stærri hóps hefur orkan farið í að reyna að steypa öllum börnunum í sama mót. Börnunum er selt að lífið sé tapað ef þú verður ekki eins og þessi 20 prósent, foreldrar eru skelfdir til að beita börnin óbærilegum þrýstingi eða reyna að breyta börnunum með lyfjagjöfum, sálfræðivíðtölum, námsráðgjöf — hverjum sem er. Fæst af þessu hjálpar fólk til að verða heilli eða betri manneskjur. Þetta gengur meira og minna út á að normalísera fólk; breyta öllum í námsráðgjafa sem getur setið við skrifborð eða fundarborð allan daginn og talað og talað og talað.”

Forgangsröðun leiðinlega fólksins

„Það er líka einhver furðuleg forgangsröð í gangi,” heldur Gunnar Smári áfram. „Þetta er forgangsröð leiðinlega fólksins. Hún er sú að fyrst áttu að mennta þig til atvinnuöryggis og svo áttu að rækta sjálfan þig. Það var maður sem sagði að í heiminum væri tvenns konar tegundir af fólk. Fólk sem leiddist það sem það starfadi við; drusladið í gegnum daginn og hlakkaði til helgarinnar og frianna og hins vegar fólk sem elskar það sem að gerir. Hjá því geta þrjár tímar liðið eins og fimm mínútur. Hjá hinum geta fimm mínútur liðið eins og þrjár tímar. Samrt viljum við að krakkarnir okkar noti forgangsröðun leiðinlega fólksins; mennti sig til einhverrar vinnu en þeytist síðan á milli námskeiða í leit að lífsfyllingu eða reyni að lifa í gegnum börnin sín um helgar.”

„Þú ert ekki góður blaðamaður vegna þess að þú hafðir góða kennara,” fullyrðir Gunnar Smári allt í einu og ég hrekk við, átta mig á að hann er tala við mig en ekki sjálfan sig eða fólk almennt.

Ha, ég? segi ég til að segja eitthvað.

„Já, þú. Þú hafðir reyndar frábæra kennara en það er ekki málið. Þú ert góður blaðamaður af því þú ert góður Mikael Torfason. Þú ert besti Mikael Torfason sem ég hef séð. Og ef þú hefðir ekki verið góður Mikael Torfason hefðir þú ekki getað lært neitt af þessum ágætum kennurum. En vegna þess að þú ert góður Mikael Torfason hefðir þú líka orðið góður í hverju sem þú hefðir tekið þér fyrir hendurl. Þú hefðir orðið frábær rafvirki, ráðgjafi, lækni eða leikari.”

Ég veit það nú ekki.

„Víst veistu það.”

Þögn.



GALLAGRIPIR TIL BJARGAR TÝNDU KYNSLÓÐINNI

Alla þriðjudaga kl. 16.15 munu nokkrir gallagripir bjóða ungu fólk til skrafs og ráðgerðar í Vonarhúsinu að Efstaleiti 7. Borgarstjórinn og gallagripurinn Jón Gnarr ríður á vaðið þriðjudaginn 13. September og svo koma þeir koll af kalli þessir drengir allir saman. Þótt strákarnir, sem eitt sinn þóttu meingallaðir, ríði á vaðið þá eru bæði stelpur og strákar sem átt hafa í vandræðum vegna áfengis- og vímuefnaneyslu hvött til að mæta. Þetta er fyrir alla og þegar talið berst að stelpunum segir Bubbi Morthens að þær séu oft ekki jafn gallaðar og strákarnir hlæja flestir en Jón Gnarr bætir því við að þær stærri sig heldur ekki eins mikið af öllu ruglinu. Strákar eru líka oft fyrirferðamiklir og í dag er það þannig að fleiri strákar virðast utanveltu í kerfinu og tolla illa í skóla og eru lengur atvinnulausir en stelpurnar. Þetta ræddu gallagripirnir þegar þeir mættu í Von til að láta taka þessa mynd af sér. Margir voru að hittast í fyrsta sinn í lengri tíma og Stefán Máni var þarna með krakkana sína sem Bubbi heillaði upp úr skónum og Tolli og Guðmundur Oddur (sem var að koma frá Seyðisfirði) festust á samræðum um listina. Svo sögðu menn sögur af því hvað það var erfitt að hætta að reykja og horfðu á Einar Örn vefja sér sigarettu. En það allt skiptir ekki máli því allir þessir menn hafa reynslu af því að hafa ekki verið eins og fólk er flest og tekist að líta á það sem kost fremur en galla.

„Fólk á líka bera virðingu fyrir vali krakkanna sem vilja ekki vera í skóla,” byrjar Gunnar Smári aftur. „Það eru um 30 prósent krakkanna sem byrja í framhaldsskóla sem hætta án þess að klára hann. Þetta er aðeins skárra hlutfall en hjá þeim sem byrjuðu á Grámosanum eftir Thor, en samt frekar lélegt. Það gengur varðandi Grámosann að segja að hann sé samt góð bók. Lesendurnir sem gáfust upp séu bara lélegir lesendur. En það gengur ekki með krakkana og framhaldsskólann. Framhaldsskólinn segist ætla að þjónusta alla krakka en gerir það ekki. 30 prósent finna sig ekki í náminu, leiðist og hætta. Og við eigum ekki að garga á eftir þeim að þeir séu lélegir nemendur. Það er ekkert að þessum krökkum. Það er hins vegar eitthvað alvarlegt að skólunum.”

Jón Gnarr og Ólafur Ragnar

„Sá sem hættri í framhaldsskóla er ekki lélegur nemandi,” heldur Gunnar Smári áfram. „Ekki frekar en sá sem heldur áfram er lélegt drop-out. Þú ert ekki blaðamaður eða rithöfundur vegna þess að þér tókst ekki að verða BA í félagsfræði. Er það?”

Ha, nei.

„Nei, þú tókst menntaða ákvörðun um að þú vildir ekki verða eins og formið sem var verið að troða þér ofan í. Þú veltir fyrir þér að kannski ættirðu að láta þig hafa það og breyta síðan forminu innan frá; en þú sást að það var tómt steypa. Þess vegna tókstu töskuna þína og labbaðir út.”

Ég veit ekki hvort ég hafi hugsað ákúrat svona.

„Eitthvað í þessa áttina alla vega,” fullyrðir Gunnar Smári. „Ef sýndum öllum drengjum eins og þér mynd af Ólafi Ragnarri annars vegar og Jóni Gnarr hins vegar og spyrðum hvorum myndir þú vilja líkast; hver heldurðu að niðurstaðan yrði? 100 prósent drengjanna myndu velja Jón vegna þess að hann vildi ekki láta gangast undir það þrönga form sem við erum að reyna að troða öllum í. Það myndi enginn velja Ólaf Ragnar með doktorsprófið, próffessorstöðuna, Parliamtarians for Global Action og allt það. Stelpurnar myndu hins vegar velja Dorrit af því hún lítur út fyrir að vera ólíkindatöl sem lætur engan segja sér fyrir verkum.”

„En í sjálfu sér er ekkert að því að vera Ólafur Ragnar,” segir Gunnar Smári. „Það eru í raun fáir sem eru betri í að vera þeir sjálfir en einmitt

hann. En ég á bara við að það geta ekki allir verið eins. Það getur ekki sami mælikvarðinn gilt yfir okkur öll. Það er ekki hollt fyrir hvert okkar og það er heldur ekki hollt fyrir allan hópinn. Allir hópar verða að vera samsettir úr mismunandi fólk til að skapa einhverja spennu og orku. Einhver verður að vera svoldið óþekkur, annar dáldið óvirkur og sumir bara normal. Ef við reynum að gera alla normal verður hópinn geldur og leiðinlegur. Þessi samfélagstílaun að gera alla eins er því ekki aðeins skaðleg einstaklingunum heldur líka hættuleg samfélaginu.”

Dásamlegar lendur normalítetsins

„Þegar ég var strákur sá maður stolta menn labba inn í sjoppur, með vinnuveltinga upp úr rassvasanum og kaupa sér pulsu, kók og Dagblaðið,” heldur Gunnar Smári áfram. „Síðan hefur maður gengið undir manns hönd til að sannfæra verkalýðinn um að hann sé ómögulegur, lélegt lið sem mistókst að verða félagsfræðingar. Og heldurðu að þetta hafi gert fólk hamingjusamara?”

Uhh, nei.

„Nei, auðvitað ekki,” endurtók Gunnar

ER ALLTAF SATT



þola ekki námsefnið og hata skólann með manni og mús. Heldurðu að þú kæmist í gegnum þetta án þess að sýna einhver einkenni einhverjar röskunar?"

Nei, líklega ekki.

„En þú veist það ekki. Veistu hvers vegna? Vegna þess að þú hefur aldrei prufað þetta. Þú gerðir það sama og allir drop-out-krakkar með sjálfsvirðingu; þú labbaðir út,” fullurðir Gunnar Smári. „Og hvernig bregst samfélagið við? Það hleypur á eftir krökkunum og reynir að sannfæra þá í hundraðasta sinn að baki þessari dönsku 103 sé tóm sæla og gleði. Ef þau bara klára þennan áfangann og hinn áfangann þá muni þau sleppa inn í dásamlegar lendur normalítetsins. Þetta er ekki bara heimskulegt heldur líka rangt. Það er ekkert handan við þessa áfanga sem er ekki líka hérna megin.”

Við getum bjargað þessum krökkum

„Við hjá SÁÁ viljum snúa þessu við,” segir Gunnar Smári. „Við viljum segja við krakkana að gera það sem þau vilja gera og hætta að troða sér inn í helminginn sem er alltaf að gera það sem honum leiðist. Farðu á sjó-sund, fáðu þér gítar, ríffðu kjaft, stattu á höndum — bara ef þér finnst það gaman. Ef þér tekst að gera eitthvað skemmtilegt og greina á milli þess sem reynist þér vel og illa þá ertu hólpinn. Þess vegna verðurðu að hætta að drekka og dópa. Það drepur þig. En ef þú finnur eitthvað annað sem er gaman þá geturðu rakið þig eftir því. Vertu fyrst betri í að vera þú sjálfur. Ef þér tekst það geturðu orðið hvað sem er.”

„Það er nefnilega leiðinlega fólkið sem er að reyna að koma því inn hjá þér að þú eigir að gera leiðinlega hluti,” segir Gunnar Smári. „Að það sé jafnvel merki um góðan karakter. Það er algjörlega rangt. Þú ert með innbyggt í þig kerfi sem leiðir þig að skemmtilegum hlutum. Það er skemmtilegt að svala forvitni sinni. Ef þér tekst það geturðu lært allt sem þú kærir þig um. Þú munt hins vegar aldrei læra neitt sem þú ert ekki forvitinn fyrir. Og þetta er ekki bara spurning um námstækni. Þetta er grundvallaratriði í allri þekkingu. Eins og hið einfalda er vanalega satt þá er líka hið skemmtilega satt. Ég veit ekki um neitt sem er leiðinlegt en er líka satt.”

En hvað ætlið þið í SÁÁ að gera?

„Við ætlum að biðja sveitarfélögin, ríkið. Vinnumálastofnun um peninga og leyfi til að taka við því unga fólki sem hefur litla menntun og takmarkaða starfsreynslu, og sem á einnig við áfengis- og vímuefnavanda að stríða, og hjálpa því að ná áttum, kynnast sjálfum sér, sættast við sig og finna hvað þeim finnst í raun gefandi og skemmtilegt,” svarar Gunnar Smári. „Þetta er sambland af meðferð, skemmtun, námi, íþróttum, leiklist, vinnu og allskonar dóti. Við munum virkja einstaklinga til að rétta þessu krökkum hjálparhönd, fyrirtæki til að taka þau í þjálfun, listamenn til að vinna með þeim, íþróttamenn til að þjálf þá og alls kyns fólk til að gefa þeim tíma, athygli og eyra.”

Og mun ríkið borga?

„Ég veit það ekki ennþá,” viðurkennir Gunnar Smári. „Við erum að kynna þetta fyrir hinum og þessum. Vonandi kemur eitthvað út úr því. Ég held að við getum lagt eitthvað á okkur fyrir þessa krakka. Ef við gerum að ekki munum við sitja uppi með týnda kynslóð sem aldrei mun líta á sig sem hluta af þessu samfélagi. Ekki af því að þau séu ekki hæf til þess; heldur vegna þess að þau lesa rétt í stöðuna. Þeim hefur verið hent út úr kerfinu. Ég lít svo á að við séum á síðustu stoppistöð áður en við lendum inni í einhverskonar Tottenham. Við getum bjargað krökkunum út úr vagninum núna, hleypst þeim aftur inn í samfélagið jafnvel þótt þau vilji ekki verða BA í félagsfræði — eða við getum haldið áfram að skilgreina þau út á jadarinn, greint þau sem ónýtt og látið þau á bætur með lágmarksframfærslu til æfiloka. Hvort myndir þú gera?”

Ef ég væri ráðherra?

„Já.”

Ég myndi vilja hafa þessa krakka með í samfélaginu.

„Þá held ég að þetta gangi upp.”

Nú, afhverju?

„Bara, ég held að fólkið í ríkisstjórninni sé ekki vitlausara eða verra en þú.”

Takk.

„Þetta var ekkert illa meint.”

En ef ekki?

„Ef ekki hvað?”

Ef þið fáið ekki pening?

„Ég veit það ekki,” svarar Gunnar Smári. „Kannski reynum við að safna peningum. Það



Nafn: Jón Gnarr
Aldur: 44
Starf: Borgarstjóri
Fyrri störf: Verkamaður og grínisti
Menntun: Prófessor í Ekkert frá Háskólanum í hvergi (University of Nowhere)



Nafn: Einar Örn
Aldur: 48 ára (held ég)
Starf: Borgarfulltrúi, tónlistarmaður, frumkvöðull
Fyrri störf: Póstbifreiðastjóri, bardyravörður, barþjónn, blaðamaður, verslunarmaður
Menntun: Stúdentspróf, BA í fjölmiðlafræði



Nafn: Stefán Máni
Aldur: 41
Starf: Rithöfundur
Fyrri störf: Fiskverkun, byggingarvinna, bókbönd og sambýli fyrir geðveika
Menntun: Klára samræmdu prófin en flosna upp úr námi á fyrsta ári í menntaskóla



Nafn: Sigurjón M. Eglisson
Aldur: 57 ára
Starf: Blaðamaður og útgefandi
Fyrri störf: Sjómaður og söluumaður
Menntun: Gagnfræðingur



Nafn: Bubbi Morthens
Aldur: 55 ára
Starf: Laða- og textasmiður, söngvari, rithöfundur
Fyrri störf: Verkamaður og sjómaður
Menntun: Hætti í skóla 15 ára



Nafn: Mikael Torfason
Aldur: 37 ára
Starf: Rithöfundur og blaðamaður
Fyrri störf: Verkamaður og kjúklingaslátrari
Menntun: Féll á samræmdu prófunum



Nafn: KK
Aldur: 55 ára
Starf: Tónlistarmaður
Fyrri störf: Verkamaður, uppskipun, skúringar
Menntun: Pungapróf



Nafn: Tólli Morthens
Aldur: 57
Starf: Listamaður
Fyrri störf: Sjómaður, verkamaður, Skógarhöggsmáður
Menntun: Myndlistarskóli Íslands, Berlínarháskóli



Nafn: Guðmundur Oddur Magnússon
Aldur: 56 ára
Starf: Prófessor við Listaháskóla Íslands
Fyrri störf: Gröfumaður Bröyt X2b
Menntun: Drop-out úr menntaskóla, rekinn úr Myndlistar- og handföskóla Íslands, Diploma-próf í grafískri hönnun eftir meðferð

- HVAÐ:** Gallagripir
- HVAR:** Von, Efstaleiti 7
- HVENÆR:** Alla þriðjudaga kl. 16.15 (einn og hálfur tími)
- FYRIR HVERN:** Ungt fólk
- NÁNAR:** www.saa.is

Smári. „Hvort heldurðu að sé betra að vera besti gröfukarlinn á Hellu eða þriðji lélegasti félagsfræðingur í Reykjavík?”
Ég veit það ekki. Ég slátraði kjúklingum á Hellu og var ágætur í því. Ég vildi hins vegar ekki gera það að æfistarfínu.
„Enda var enginn að neyða þig til þess,” svarar Gunnar Smári. „Það voru allir hins vegar allir að neyða þig til að verða BA í einhverjum andskotanum. Ég ræddi við konu um daginn sem sagði mér frá hvernig fjölkskyldan tók því þegar sonur hennar sagðist ekki vilja fara í háskóla. Drengurinn var beittur miklum þrýstingi svo hann drattaðist í verkfræði. Eftir ár var hann kominn með upp í kok og vildi hætta. Fjölkskyldan fór aftur í gang og aftur lét drengurinn undan en skipti um fag. Eftir ár var hann aftur búinn að fá nóg en stóð nú fast á sínu og þvertók fyrir frekara nám. Nú mörgum árum

seinna getur hann sagt mömmu sinni frá þessari reynslu; að hafa alla fjölkskylduna á móti sér vegna þess að hann vildi ekki beygja sig undir almennar kröfur samfélagsins um hvað er vel- lukkað líf og hvað mislukkað. Hann sagði að líklega hefði fjölkskyldan stutt hann ef hann hefði viljað fara í kynskiptiáðgerð. Og það er ekkert að kynskiptiáðgerðum. En það er heldur ekkert að því að vilja ekki vera verkfræðingur!”
„Annars veistu þetta allt,” fullyrðir Gunnar Smári.
Hvað?
„Að framhalsskólanum hefur ekki einu sinni tekist að aðlaga sig breyttum tíma; hvað þá því að fá fjórum sinnum fleira fólk og það allt annars konar fólk,” segir Gunnar Smári. „Og það mætti sýna því skilning ef fólk væri ekki að reyna að finna ástæðuna hjá þeim sem vilja ekki vera í þessum gölluðu skólum. Það er verið að greina þessa krakka með athyglisbrest, ofvirkni, félagsfærni, námsörðugleika, lesblindu, óvirkni, persónuleiarskun og Guð má vita hvað ekki; bara vegna þess að þau falla ekki inn í form sem var aldrei ætlað þeim. Ef þú værir allan daginn neyddur til að gera eitthvað sem þér leiddist; heldurðu að þú sýndir ekki einhver einkenni leiða og óþols?”
Jú, örugglega.
„Gerirðu einhvertímamann eitthvað sem þér leiðist?”
Já, ég get alveg þínt mig.
„Þínt þig til hvers; að gera eitthvað sem þú vilt gera? Klára eitthvað sem þú vilt klára?”
Já.
„En ég er ekki að tala um það. Ég er að taka um að vera þú til að klára eðlisfræði 103, dönsku 203 og félagsfræði 303 án þess að sjá nokkurn tilgang með því, hafa enga ánægju af því og af þeim sökum leiðast kennarinn,

hefur margsinnist sýnt sig að þjóðin er betri en ríkisstjórnin. Það á við um allar þjóðir og allar ríkisstjórnir. Það virðist vera einskonar náttúrulögmál.”
Og hvernig ætlið þið að safna peningum?
„Ég veit það ekki. Má ég skilja eftir reikningsnumur í þessu viðtali?”
Þú ert formaðurinn og þá líklega útgefandinn.
„Þú ert blaðamaðurinn. Þú ræður.”
Ætlarðu að nota viðtalið mitt til að plögga einhverjum bankareikningi?
„Já, hví ekki? Þetta er alvörumál Mikki minn. Við getum ekki hjálpað þessum krökkum nema allir leggist á eitt.”
Ókei.
„Ókei, hvað?”
Komdu þá með reikningsnúmerið.
„Takk. Það er banki 116, höfuðbók 26 og reikningsnúmer 452 og kennitala SÁÁ er 521095-2459.”

BAKHJARLAR SÁÁ eru mikilvægir til styrktar samtökunum en einnig til stuðnings starfsmönnum fyrirtækjanna. Nú bjóða samtökin fyrirtækjum til enn frekara samstarfs.

GAGNVIRKT SAMBAND VIÐ FYRIRTÆKI

„Eitt af því sem við viljum gera að er að fræða fyrirtæki um þennan hluta starfsmannastefnunnar; hvaða úræði eru í boði og hvernig á að taka næsta skref ef fyrsta inngrip virkar ekki,” segir Hörður J. Oddfríðarson ráðgjafi um nýjan kynningarfund SÁÁ sem ber heitið Bakhjarlar SÁÁ og er fyrsti fundurinn nú 29. september og verður svo alltaf síðasta fimmtudag í hverjum mánuði frá kl. 14-16 í Von, Efstaleiti 7.

„Við förum yfir það hvernig greina megi áfengis- eða vímuefnavanda hjá starfsmönnum, hvernig best er að bera sig að við að ræða þau mál og til hvaða aðgerða ber að grípa.“

Að bandarískri fyrirmynd

Þegar SÁÁ var stofnað fyrir 34 árum var fyrirmynda einkum leitað í Freeport-medferðinni og aðstæðum í New York-fylki. Eitt sem einkenni starfsemi meðferðastöðvanna þar voru sterk tengsl við atvinnulífið. Þetta var ekki aðeins einkenni meðferðar í New York, heldur um öll fylki Bandaríkjanna. Það var því vilji stofnenda SÁÁ að byggja hér upp sterk tengsl við atvinnulífið.

Ástæða þessa mikla stuðnings fyrirtækja við meðferð í Bandaríkjunum liggur náttúrulega í veiku almannatryggingakerfi vestanhafs. En þar sem rannsóknir sýndu — og sýna enn — að fyrirtækja hafa alltaf hag af því að styðja starfsmenn sína til meðferðar þá studdu fyrirtæki og samtök þeirra myndarlega við áfengismedferð strax upp úr miðri síðustu öld. Ástæðan er sú að starfsmaður sem nær bata frá áfengis- og vímuefnafikn eykur afköst sín um 70 prósent að meðaltali eftir meðferð. Og það er alltaf ódýrara fyrir fyrirtæki að kosta meðferð starfsmanns en að reka hann og þjálfa upp nýjan starfskraft.

Stuðningur hvarf í hruninu

Forkólfar í atvinnulífinu, verkalýðsleiðtogar og forstjórar stórra fyrir-

HVAÐ: Bakhjarlar

HVAR: Von, Efstaleiti 7

HVENÆR: Síðasta fimmtudag í hverjum mánuði milli klukkan 14-16 (byrjar 29. september)

FYRIR HVERN: Starfsmannastjóra og yfirmenn

NÁNAR: www.saa.is



tækja, voru áberandi í stjórn SÁÁ til að byrja með. En eftir sem áður tókst ekki að byggja upp nein sambærileg tengsl við atvinnulífið og þekktust vestanhafs. Líklega réð þar mestu að hér voru það almennar sjúkratryggingar sem greiddu fyrir mestan hluta meðferðarinnar.

Eftir sem áður hafa mörg fyrirtæki stutt myndarlega við bakkið á SÁÁ. Fyrir hrun var til dæmis byggt upp stuðningskerfi með þátttöku nokkurra stóra fyrirtækja sem færðu samtökunum allt að 35 milljónir króna árlega. Í október 2008 þurkudust þessir styrkir út. Flest fyrirtækin fóru á hausinn. Þau sem eftir stóðu drógu stuðning sinn til baka.

En þótt að SÁÁ sé mikilvægt að fá fjárhagslegan stuðning frá atvinnulífinu; þá sakna samtökin miklu fremur annars úr tengslum sínum við fyrirtækin. Með meðvitadri starfsmannastefnu margra fyrirtækja vestanhafs hefur þeim tekist að grípa inn í óhófsneyslu starfsfólks síns og beint þeim í meðferð nokkrum árum fyrir en fólkið hefði sjálf gert og án stuðnings og hvatningar.

Þetta er óendanlega mikilvægt. Áfengis- eða vímuefnasjúklingur sem fer 2-3 árum fyrir í meðferð en hann hefði ella gert; losnar við 2-3 verstu ár æfi sinnar en fær sín 2-3



HÖRÐUR J. ODDFRÍÐARSON „Starfsmaður sem nær bata frá áfengis- og vímuefnafikn eykur afköst sín um 70 prósent að meðaltali eftir meðferð“

bestu ár í staðinn. Slíkt hefur ekki aðeins áhrif á viðkomandi sem starfsmann, heldur líka á hann sem persónu og bætir stórlega lífsgæði fjölskyldunnar.

Inngripsáætlun

„Til að byggja um virk tengsl við atvinnulífið hefur SÁÁ því ákveðið að bjóða fyrirtækjum að gerast Bakhjarlar SÁÁ,” útskýrir Gunnar Smári Egilsson, formaður SÁÁ og segir að í þessu felist að fyrirtækin greiði árlega 25, 50, 100 eða 250 þúsund krónur til samtakanna. Stærstu fyrirtækin geta greitt meira; 500 þúsund eða 1 milljón króna. Gegn þessum greiðslum mun SÁÁ bjóða fyrirtækjunum upp á fræðslu til starfsmannastjóra og allra þeirra sem hafa mannaforráð í fyrirtækjunum um viðbrögð við áfengis- og vímuefnavanda starfsmanna. SÁÁ mun aðstoða fyrirtækin við að innleiða inngripsáætlun sem hægt er að setja í gang þegar grunur leikur á að áfengis- eða vímuefnavandi þjaki starfsmann. Yfirmaður getur þá vísad viðkomandi starfsmanni í viðtal og greiningu hjá áfengisráðgjafa SÁÁ. Í framhaldi getur viðkomandi haldið áfram í viðtalsmeðferð, lagst

inn á Vog og farið í meðferð að því loknu. Fjölskyldu viðkomandi væri á sama tíma boðið upp á fjölskyldumeðferð.

Bætt afköst

Það er talið að um fjórðungur fullorðinna drekki svo mikið að þeir skaði heilsu sína. Það á þá við um 65 þúsund Íslendinga. Af þeim eru rúm 20 þúsund manns búnir að þróa með sér fikn. Það er mikilvægt til þess þarf það nánast undantekningarlaust aðstoð fagmanna.

Á 100 manna vinnustað eru því að meðaltali um 8 virkir alkóhólistar sem þarfnast meðferðar og um 17 aðrir sem drekka of mikið og ættu að draga mjög úr drykkju til að bæta eigin heilsu og auka lífsgæði fjölskyldu sinnar. Það er því mikilvægt fyrir fyrirtæki að huga á þessum þætti í starfsmannastefni sinni.

Og fyrir þá sem vilja fá allt í tölum: Ef hægt er að auka afköst 8 prósent starfsafslans um 70 prósent eykur það heildarframlegðina um 5,6 prósent. Á mælikvarða landsframleiðslu eru það um 85 milljarðar króna.

Það munar um minna.

Alkóhólismi er fjölskyldusjúkdómur sem lætur engan eftir ósnortinn:

Einstaklingsbundið hvort fólk verði meðvirkt

HVAÐ: Fjölskyldumeðferð

HVAR: Von, Efstaleiti 7

HVENÆR: Þriðjudaga og fimmtudag kl. 18 (til 20.30)

FYRIR HVERN: Aðstandendur

NÁNAR: www.saa.is

„Fyrst kemurðu í viðtal hjá ráðgjafa hérna í Von og finnur út úr því með honum hvernig aðstoð þú þarft,” útskýrir Stefánía Bára Jónsdóttir ráðgjafi um fjölskyldumeðferðina sem er í Von þriðjudaga og fimmtudaga kl. 18. Um er

ad ræða fjögurra vikna námskeið sem kosta 8.000 krónur og ætlast er til þess að fólk hafi náð átján ára aldri þótt stundum séu gerðar undanþágur frá því.

STEFANÍA BÁRA JÓNSDÓTTIR

Og fyrir hvern er þessi fjölskyldumeðferð?

„Aðstandendur og alkóhólisti og fíkla því þetta er fjölskyldusjúkdómur og kemur við alla í fjölskyldunni. Oft vita til dæmis aðstandendur ekki hvernig þeir eiga að haga sér þegar þeirra fólk kemur úr meðferð. Þú missir dálítið hlutverkið þitt en auðvitað er mjög einstaklingsbundið hvort fólk verði meðvirkt. En verðirðu það þá er mjög mikilvægt að ná að skilja og átta sig á því hvernig sjúkdómur þetta er svo þú getir náð bata.“

Stefanía er sjálf óvirkur alkóhólisti og hún er einnig aðstandandi: „Þetta er mikið í kringum mig og þetta starf valdi mig eiginlega,” segir hún aðspurð um af hverju hún hafi ákveðið að gerast áfengisráðgjafi.

„Það er mikil gjöf að sjá þá miklu breytingu á fólki sem kemur í fjölskyldumeðferð. Fjölskyldan veit oft lítið sem ekkert um sjúkdóminn og hafa kannski setið eftir uppfull af streitu og verða jafnvel óvinnufær. Þá er svona námskeið flottur staður til að byrja á en um að gera að leita líka í tólf spora starf, eins og til dæmis hjá Al-Anon sem eru samtök aðstandenda alkóhólisti,” segir Stefanía

Þú þarft ekkert endilega að vera foreldri eða maki til að koma á fjölskyldunámskeið heldur koma ömmur og afar líka og fullorðin börn alkóhólisti. Hjá SÁÁ vitum við hversu erfitt það getur verið að eiga nákominn sem er kannski á Vog og berst við þennan alvarlega sjúkdóm sem alkóhólismi er.

Það eru miklu meiri líkur á að barn alkóhólisti þrói með sér sjúkdóminn síðar á lífsleiðinni:

MIKILVÆGT AÐ BERA ÁBYRGÐ Á BÖRNUNUM

„Ég sá þetta bara á heimasíðu SÁÁ og ákvað að prófa að mæta með drenginn minn,” segir Hafdís Sigurðardóttir nemi en hún er sjálf að vinna í sínum málum og fannst mikilvægt að bera ábyrgð á syni sínum því það skelfir hana að vita að líkurnar eru meiri en minni að börn fíkla verði sjálf alkóhólistar síðar á lífsleiðinni.

Þrátt fyrir að enginn efast um mikilvægi þess að veita börnum alkóhólisti þá forvörn og sjálfsagða þjónustu hefur gengið erfiðlega að fá hið stuðning við þetta verkefni og hefur SÁÁ að mestu fjármagnað starfið. Samkvæmt þjónustusamningi við Reykjavíkurborg er greitt með 7 viðtölum við 47 börn (ásamt foreldri) á ári en það er varla brot af kostnaðinum við þjónustuna.

Heildarkostnaður við þá þjónustu sem veitt er á göngudeild SÁÁ í Von við Efstaleiti var rúmar 114 milljónir í fyrra. Þar af var kostnaður vegna reykvískra fjölskyldna og barna 40 milljónir. Reksturinn er endurskoðaður af Ríkisendurskoðun og undir fag-

HVAÐ: Börn alkóhólisti

HVAR: Von, Efstaleiti 7

HVENÆR: Samkomulag

FYRIR HVERN: Börn alkóhólisti

NÁNAR: www.saa.is og í síma 530 7600

legu eftirliti Landlæknisembættisins. Engu að síður greiðir borgin einungis 16 milljónir samkvæmt nýjum þjónustusamningi.

Það er of langt mál að reka í þaula skilningsleysi yfirvalda en þrátt fyrir það vilja

samtökin bjóða foreldrum og börnum upp á þessa þjónustu óskerta.

„Það er mikilvægt að rjúfa einangrun barna sem búið hafa við alkóhólisma,” segir Lárus Blöndal sálfræðingur en hann hefur haft yfirumsjón með verkefninu frá upphafi. „Þetta skiptir máli bæði í nútíð og framtíð. Við leggjum áherslu á að hjálpa barninu að skilja betur stöðu sína og helstu afleiðingar hennar“

Almennt mælist þjónustan vel fyrir og Hafdís segir að þegar hún var ung hafi aldrei verið rætt um þessa hluti: „Það var í raun aldrei neitt annað val en að byrja að drekka.“

Og strákurinn er ánægður með þjónustuna og honum líður vel á eftir og er spenntur að fara. „Þegar barn kemur í viðtal fær það staðfestingu og viðurkenningu á því að það að vera barn alkóhólisti hefur haft afleiðingar fyrir barnið,” útskýrir Lárus sem hvetur foreldra sem eru alkóhólistar eða fíklar til að leita ráða hjá SÁÁ varðandi börnin sín.



UNG-SÁÁ Félagsskapurinn hefur það að markmiði að standa vörð um hagsmuni ungs fólk sem vill lifa lífinu edrú. Frá vinstri; Eva, Níko (hundurinn), Árni, Sunna, Evert, Gerða, Helena og Siggi.

Stofnfundur UNG-SÁÁ verður 13. september:

UNGT EDRÚ FÓLK

„Við erum að endurvekja fyrirbæri sem kallaðist ungt fólk í SÁÁ,“ segir Helena Hrund um UNG-SÁÁ sem heldur stofnfund sinn þriðjudaginn 13. september næstkomandi. „Það eru allir velkomnir til okkar annan þriðjudag í hverjum mánuði og mikilvægt að sem flest ungt fólk mæti.“

Félagsskapurinn hefur það að markmiði að standa vörð um hagsmuni ungs fólk sem vill lifa lífinu edrú. Á stofnfundinum, sem verður nánar auglýstur síðar (fylgist með á www.saa.is), verður mikið húllumhæ; tónlist og uppi-stand.

„Við kynnum starfið betur á fundinum en ráðgert er að fara í ferðir og ýmislegt annað skemmtilegt,“ segir Helena.



HVAÐ: UNG-SÁÁ



HVAR: Von, Efstaleiti 7



HVENÆR: Annar þriðjudagur í hverjum mánuði



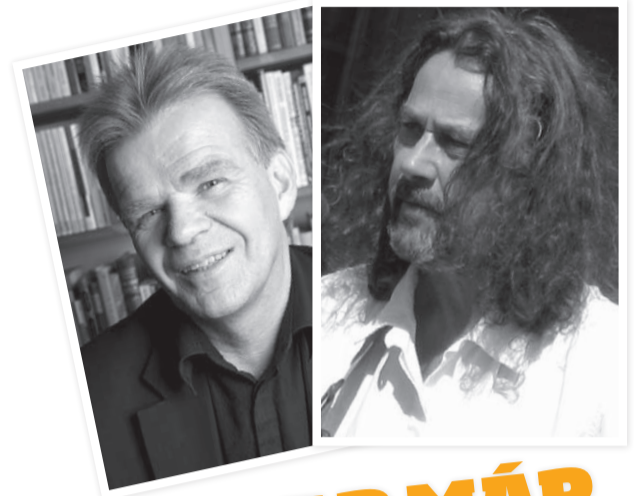
FYRIR HVERN: Ungt fólk (yngra en 35 ára)



NÁNAR: www.saa.is

ENGISPRETTU-FARALDUR

í Von



EINAR MÁR & BJARTMAR

Í VON, EFSTALEITI 7, SUNNUDAGINN 11. SEPTEMBER
ADGANGSEYRIR 2.000.- KRÓNUR rennur óskertur til SÁÁ

Samtök áhugasókn um áfengis- og vímuefnavandann



Eftirtaldir aðilar styðja SÁÁ



Actavis hf.	Ferskur ehf	Íslensk erfðagreining ehf	N1 hf.	Sportís ehf.
Afl Starfsgreinafélag	Félagsbústaðir hf	Íslenska gámafélagið	Ninukot ehf	Sport-Tæki ehf
Akureyrarbær	Fitjavík ehf	Ísloft blikk- og stálsmiðja ehf	Nobex ehf	Stórkaup ehf.
Alþýðusamband Íslands	Fjallabak ehf	J.Guðmundsson ehf. heildsala	Nordic eMarketing ehf	Suzuki-bílar hf
AP varahlutir ehf	Framtak-Blossi ehf.	Karl K. Karlsson ehf.	Nýi ökuskólinn hf	Sveitarfélagið Garður
Ari Oddsson ehf	Fróóhús ehf	Kaupás, Krónan matvöruverslun	Oddi hf.	Tandur hf
Arion-banki hf.	Garðabær	Kaupfélag Skagfirðing	Ó.Johnson & Kaaber ehf	Tannlæknastofa Hilmis ehf
ASK. Arkitektar Skógarhlíð ehf	Garri	Kemi ehf.	Pylsuvagninn Selfossi ehf	Teiknistofan Óðinstorgi sf
Árni Reynisson ehf	Gjögur ehf.	KG Fiskverkun ehf	Rafbogi ehf	Tobis ehf.
Ásbjörn Ólafsson ehf	GT Tækni ehf	Kjarnafæði hf	Rafmúli ehf.	Trefjar ehf.
Bernharð Laxdal ehf	Gullberg ehf	Klaki Stálsmiðja ehf.	Rafstjórn ehf	Tölvu- og tækniþjónustan ehf
Bifreiðaverkstæði Stimpill ehf	Gunnar Eggertsson hf	Kompan ehf.	Ragnar og Ásgeir ehf.	Útfararstofa Kirkjugarðanna ehf
Bókaútgáfan Leifur Eiríkss ehf	Gúmmisteypa Þ. Lárusson	Lagnalagerinn ehf	Reiknistofa fiskmarkaða hf	Valhöll ehf. Fasteignasala
Bókhaldsstofan ehf	Gylfi Guðjónsson, ökukennari	Landsbankinn	Reykjanesbær	Verkalýðsfélagið Hlíf
Breiðavík ehf	Hagkaup	Landsnet hf	Rolf Johansen & Co ehf	Verzlunarfélagið Ábót ehf
Búaðföng ehf	Henson Sports Europe á Ísl ehf	Leturprent ehf	Samhentir-Kassagerð ehf.	Verzlunarmannafélag Reykjavíkur
DS lausnir ehf	Herrafataverslun Birgis ehf	LH-tækni ehf (Ice Consult.)	Samiðn,samband iðnfélaga	Verzlunarmannafélag Suðurnesja
Efling Stéttarfélag	Hitastýring hf	Logaland - lækningatæki ehf.	Sena	Vélasalan ehf.
Efnamóttakan	Hitaveita Egilsstaða og Fella	Lyfja hf.	Setberg, bókaútgáfa	Vélsmiðjan Foss ehf
Egersund Ísland ehf.	Hótel Djúpvík ehf	Lýsi hf.	Seyðisfjarðarkaupstaður	Vignir G. Jónsson hf.
Eignamiðlunin ehf	HS Orka hf	Marás, vélar ehf	Síldarvinnslan hf	Vistor hf.
Einhamar seafood ehf.	Húsasmiðjan	Marel ehf.	Sjómannafélag Ólafsfjarðar	Vísir hf.
Eirberg ehf.	Hyggir ehf endurskoðunarstofa	Maritech ehf.	Skinney - Þinganes hf	Þorbjörn hf
Esja - Gæðafæði ehf	Ísfugl ehf	Medulla ehf	SM kvótapij ehf.	
Evrópulög ehf	Íslandsbanki	Myllan ehf.	Sportacademian ehf.	
	Íslandsspil sf			

EDITH LOUISE CARLSON ráðgjafi varð edrú 1993 en þá hafði hún búið á götunni og verið róni. Hún vann aftur dóttur sína og heldur góðu sambandi við son sinn sem ólst upp hjá barnsföður hennar. Fyrir fimm árum fékk hún svo aftur hjálp hjá SÁÁ og hóf batagöngu vegna spilafíknar sem var að rústa lífi hennar.

EDITH LOUISE CARLSON „Þegar ég hætti í neyslu 1993 þá breyttist auðvitað allt en fljótlega þróaði ég með mér spilafíkn sem varð mjög alvarleg.“



-  **HVAÐ:** Spilahópur
-  **HVAR:** Von, Efstaleiti 7
-  **HVENÆR:** Alla mánudaga kl. 18
-  **FYRIR HVERN:** Spilafíkla
-  **NÁNAR:** www.saa.is

MYND: GUNNI GUNN

SÁÁ BJARGAÐI LÍFI MÍNU – AFTUR

FLESTIR MISSA TÖKIN Í SPILAKÖSSUM

„Alla mánudaga í Von hittist svokallaður spilahópur en í hann ertu hjartanlega velkomin ef þér finnst þú eiga við spilavanda að stríða eða ert að velta því fyrir þér hvort þetta sér orðið vandamál hjá þér,“ segir Snorri Sigurður Karlsson, ráðgjafi hjá SÁÁ, en í þessum hóp er sérstök kynning á spilavandanum sem slíku, kynning á GA (Gamblers Anonymous) og grúbbuvinna svokölluð.

„Þetta kostar ekki neitt og svo á hverju hausti bjóðum við líka upp á helgarmedferð og sú næsta verður 22. – 23. október,“ útskýrir Snorri sem segist sjá breytingar á hópnum sem leitar sér hjálpar með tilkomu pókersins Internetinu:

„Stærsti hluti þeirra sem leita til okkar eru að spila í spilakössum en ungir strákar sérstaklega eru að koma til okkar í viðtal hérna í Von af því að þeir hafa misst tökin á póker á netinu,“ segir Snorri og vill ítreka að spilafíkn geti verið mjög sterk og mörg dæmi um að menn og konur hafi lagt sig í hættu til að spila eða gjörsamlega spilað frá sér allt og haldið áfram eftir það.

Ég var mest í spilakössum,“ útskýrir Edith Louise Carlson ráðgjafi þegar hún er spurð út í spilafíknina sem hún hefur nú verið frjáls frá í fimm ár. „Fyrsta fíkn mín var áfengi og fíkniefni en þegar ég stoppa það þá fer ég yfir í spilafíknina, bláedrú.“

Edith, eða Dídí eins og hún er kölluð, bjó fyrstu fjögur ár ævi sinnar í Bandaríkjunum en þá fluttu þær mæðgur frá pabba hennar til Íslands. Hún varð edrú fyrir átján árum en hafði þá verið rónakona og því má segja að hún sé sannkallað kraftaverk. Í dag er hún 42 ára og hún er gift og á tvö börn (eiginmaðurinn á eitt) sem eru uppkomin og þau muna ekki eftir mömmu sinni nema bara edrú.

Skömmin mikil hjá konum

„Þegar ég hætti í neyslu 1993 þá breyttist auðvitað allt en fljótlega þróaði ég með mér spilafíkn sem varð mjög alvarleg,“ útskýrir Dídí af miklu æðruleysi. Hún spilaði í tíu ár og segir spilafíkn vera sjúkdóm sem auðvelt er að fela.

„Það er engin lykt af þér og breytingarnar sem verða á manni eru fyrst og fremst spennan. Það ástand er svo sterkt að stundum þegar þú kemur af þessum spilastöðum titraruðu í raunverulegum fráhvörfum.“

Nú er meira um að karlar stígi fram úr myrkriinu og segi frá spilafíkn sinni, hvað veldur?

„Skömmin er oft svo mikil hjá konum að þær eiga erfiðara með að leita sér hjálpar. Þær líður svo ofboðslega illa ef þú ert kannski búin að eyða peningum í spil sem þú hefðir getað notað til að kaupa fót á barnið þitt. Ég vona samt að fleiri konur stígi fram því vandamálið er ekki minna hjá konum.“

Pirruð ef hún vann

Áhugasamir um hjálp við spilafíkn er bent á spilahópin sem hittist alla mánudaga kl. 18 og auðvitað helgarnámskeiðin. Dídí fór bæði í spilahópin og helgarnámskeiðin en þá býður Vogur einnig upp á þá leið að fara á sjúkrahúsið í meðferð. Einnig er mælt með að spilafíklar sækji þar til gerða tólf spora fundi (GA).

„Þetta er svo falinn sjúkdómur að þú lifir lengi í óheiðarleika og lygi áður en þú leitar hjálpar. En þegar þú færð bata þá breytist allt í lífi þínu og þú getur horfst í augu við fólk án þess að vera alltaf á flóttu. Staðan í lífi mínu, áður en ég leitaði mér hjálpar, var orðin þannig að ég var farin að hugsa hvort ég ætti að keyra framan á næsta bíl og á hvaða hraða ég þyrfti að vera til að þetta væri bara alveg búið,“ segir Dídí en hún hugsaði mikið um það hvernig hún ætti að komast út kössunum en hún réði ekki við það sjálf.

„Spilafíkn hættir fljótlega að snúast um peninga heldur spennuástandið sjálft. Þetta snýst ekki um að vinna eða tapa og stundum varð ég pirruð ef ég vann því það framlengdi bara ástandið, stjórnsleysið og sársaukann.“

Kraftaverk ofan af Vogu

Eins alvarlegur og sjúkdómurinn er þá fyrir kaldhæðni orlaganna ólst Dídí upp í Las Vegas fyrstu árin og síðan hún hætti að spila hefur hún tvisvar farið út í heimsókn til pabba síns sem nú er látinn. „Ég bjó meira að segja á spilavítahótelu og það var ekki gaman. Þetta var erfiður tími því hann var að deyja og ég vildi kveðja hann. Svo stóð ég við hlið hans þegar hann fársjúkur plantaði sér fyrir framan spilakassa af því að hann var



SNORRI SIGURÐUR KARLSSON „Stærsti hluti þeirra sem leita til okkar eru að spila í spilakössum.“

líka spilafíkill. Þá hugsaði ég með mér: Þetta er ekki að gerast.“

Þegar Dídí flutti barnung til Íslands varð hún eitt af þessum kerfisbörnum sem við lesum stundum um í blöðunum. Hún flakkaði á milli fósturheimila því móðir hennar átti í vandræðum. Hún fullorðnaðist sem róni og svarf í húsgörðum eða fangaklefum. Það var lítil von í hennar lífi þar til hún eignaðist son sinn og náði sér upp úr mesta ruglinu. Svo kom dóttir en áfram hélt hún áfram að falla og fyrir átján árum breyttist hún svo í eitt af þessum kraftaverkum ofan af Vogu. Þá var sonurinn í góðu yfirlæti hjá pabba sínum á Borgarfirði Eystri en dótturina vann hún aftur og hugsaði mikið um að veita henni það sem hún sjálf fór á mis við.

„Ég vil meina að lífið sem ég lifi í dag sé kraftaverk og það er SÁÁ að þakka. Börnin mín muna bara eftir mér edrú,“ segir Dídí að lokum og biður fólk sem telur sig eiga í vanda að leita til SÁÁ. -MT

Mikilvægt að foreldrar kynni sér sjúkdóminn og úrræðin:

HVAÐ GETA FORELDRAR GERT SEM ÓTTAST UM BARNIÐ SITT?

Alla þriðjudaga kl. 18 hittast foreldrar ásamt ráðgjöfum SÁÁ á Vogu og hlýða á fyrirlestur og styðja hvert annað.

„Þetta eru fimm fyrirlestrar sem eru opnir öllum foreldrum sem eiga börn sem þau telja að eigi í vanda vegna áfengis- og/ eða vímuefnaneyslu,“ segir Hörður J. Oddfríðarson áfengisráðgjafi en hann og Stefánía

Bára Jónsdóttir segja að þriðjudagskvöldin hafi lengi mælst vel fyrir og verið vel sótt.

„Þetta er opið öllum en við mælum með að foreldra komi með barnið í viðtal til ráðgjafa hér Von, Efstaleiti 7, sem er fjölskyldu- og barnahúsið okkar,“ útskýrir Stefánía en viðtalið gerir foreldrum ekki síður gott en

STEFÁNÍA OG HÖRÐUR Ráðgjafara SÁÁ taka vel á móti foreldrum sem þurfa á fræðslu og styrk samtakanna að halda.



MYND: GUNNI GUNN
börnunum en alkóhólismi er fjölskyldusjúkdómur og mikilvægt að foreldrar samhæfi reynslu sína, styrk og vonir.

-  **HVAÐ:** Foreldrafraeðsla
-  **HVAR:** Á Vogu
-  **HVENÆR:** Alla þriðjudaga kl. 18 (búið kl. 20.30)
-  **FYRIR HVERN:** Foreldra unglinga
-  **NÁNAR:** www.saa.is



VEFUR SÁÁ

■ Vefur samtakanna, www.saa.is, er lifandi vefur með pistlum og greinaskrifum auk fréttu og tilkynninga sem tengjast SÁÁ og edrúsamfélaginu á Íslandi almennt. Þetta er mjög virkur vefur og reglulega uppfærður og mikilvægt að öll okkar sem vilja lifa heilbrigðu edrúlfli fylgjumst vel með á vefnum. En það gleymist oft vefurinn er svo miklu meira en það því hvergi á Íslandi er hægt að finna á sama stað annan eins fróðleik um þennan skaðsama fjölskyldusjúkdóm sem tekið hefur svo mikið frá Íslandi. Þarna eru lærðar greinar og próf og alskonar fréttir af því helsta sem er að gerast í heiminum auk þess að í vefur munum við senda út viðburði í Von í beinni á vefnum fyrir landsmenn alla.



BÆJARSTÓRA-RÁÐSTEFNA

■ Miðvikudaginn 21. september verður bæjarstjóraráðstefna um áfengis- og vímuefnavandann í Von, húsi SÁÁ við Efstaleiti 7. Þar munu bæjar- og sveitastjórar sveitarfélaganna í nágrenni Reykjavíkur — hringurinn frá Borgarfirði að Selfossi að Reykjanesi og allt þar fyrir innan — hittast og bera saman bækur sínar um stefnu og aðgerðir í áfengis- og vímuefnamálum. Þótt heilbrigðisþjónusta til áfengis- og vímuefnasjúklinga sé á vegum ríkisins þá er allur félagslegur stuðningur, forvarnir og félagsleg stefnumörkun á hendi sveitarfélaganna. Þá er því mikilvægt fyrir sveitarfélögin að hafa sameiginlegan vettvang til að ræða þessi mál.

AFMÆLISFUNDUR SÁÁ

■ Miðvikudaginn 6. október kl. 20 í Háskólabíó höldum við afmælisfund SÁÁ. Í ár verður sami baráttuhugurinn og áður en mikilvægt að sem flestir sjái sér fært að mæta. Hörkuræður, músík og uppistand er árlegur viðburður.

SÁÁ Á AKUREYRI

■ „Þú getur gengið beint inn af götunni og ef ég er ekki upptekinn við ráðgjöf þá geturðu fengið kynningu á sjúkdóminum og starfsemi SÁÁ bara með því sama,“ segir Anna Hildur Guðmundsdóttir, ráðgjafi SÁÁ á Akureyri, en skrifstofan er opin frá kl. 9-18 alla daga og mikil starfsemi í húsinu.

ÖRYGGISRÁÐIÐ

■ Í dag, föstudaginn 2. september, munu fulltrúar frá SÁÁ, Landspítalanum, Samhjálp, Krýsuvíkursamtökunum, Barnaverndarstofu, Vímulausri æsku og áfangageimilunum Takmarkinu og Dyngjunni eiga fund og ræða vanda áfengis- og vímuefnasjúklinga. Markmiðið er að draga fram heildstæða mynd af vandanum, greina hvar skóinn kreppir helst og leita úrlausn.

Allan síðasta vetur héldum við svokallaða **PURRA MIÐVIKUDAGA** í Von, eða Samtöl um alkóhólisma og hitt og þetta. Þessir fundir voru ótrúlega vel sóttir núna í næstu viku hefst dagskráin aftur og þá mæta Dr. Gunní og Óttar Guðmundsson geðlæknir og ræða um dauðu popparana.



JIMI HENDRIX, JANIS JOPLIN OG KURT COBAIN í næstu viku ræða Óttar Guðmundsson geðlæknir og Dr. Gunní poppari líf og örlög 27 ára klúbbsins goðsagnakennda.

SAMTÖL UM ALKÓHÓLISMA OG ALLT MILLI HIMINS OG JARÐAR

Næsta miðvikudagskvöld, 7. september, hefst Samtöl um alkóhólisma og hitt og þetta aftur í Von, húsi SÁÁ við Efstaleiti, kl. 20.30. Fyrsta kvöldið ber yfirskriftina: Samtal um alkóhólisma og rokk & ról — 27 ára klúbburinn. Þar munu Óttar Guðmundsson geðlæknir og dr. Gunní ræða um líf og örlög Brian Jones, Jimi Hendrix, Janis Joplin, Kurt Cobain og Amy Winehouse; hvaða áhrif hafði áfengis- og vímuefnaneysla á líf þeirra og list — og dauða.

Bati og lyf

Þessi samtöl á miðvikudagskvöldum gerðu mikla lukku í fyrra. Þá var efnt til samtala um alkóhólisma og bókmennir, offitu, Guð, uppeldi og margt fleira. Fyrirkomulagið verður það sama í vetur. Fyrst munu tveir

til þrjár framsögumenn halda stutt erindi en síðan gefst gestum kostur á að blanda sér í samtalið. Reynslan í fyrra var sú að úr varð líflegt spjall um áhugaverð efni í góðum félagskap. Markmið þessara samtala er ekki að komast að einni tiltekinni niðurstöðu heldur frekar að eiga raunveruleg mannleg samskipti utan Netheima; samskipti byggð á virkni og virðingu.

Miðvikudaginn 14. september verður Samtal um alkóhólisma og lyfjalausa meðferð. Þar munu Pétur Tyrfingsson sálfræðingur ræða um hugræna atferlismeðferð við þunglyndi, Steindór J. Erlingsson vísindasagnfræðingur mun fjalla um leið sína til bata án lyfja og Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vog, mun fjalla um áfengismeðferð og lyf. Út frá erindum

- ?** **HVAÐ:** Þurrið miðvikudagar
- +** **HVAR:** Á Vog
- >** **HVENÆR:** Miðvikudaga kl. 20.30
- !** **FYRIR HVERN:** Allir velkomnir
- >>** **NÁNAR:** www.saa.is

þeirra mun án efa spretta áhugavert spjall enda um mikilvæg mál á ferðinni — ekki aðeins fyrir alkóhólisma

sérstaklega, sem þurfa að gæta sín á mörgum lyfjum — heldur ekki síður vegna þess hversu hratt lyfjameðferð við breiðist út; oft á kostnað annarrar meðferðar.

Ókeypis inn

Af öðrum efnum sem verða tekin fyrir í vetur má nefna: Samtal um gremju, átök, deilur innan alkasamfélagsins, Samtal um mannréttindabaráttu alkóhólisma, Samtal um alkóhólisma og snilligáfuna, Samtal um alkóhólisma og aldraða, Samtal um alkóhólisma og glæpavæðingu sjúkdómsins og margt fleira. Nánari upplýsingar eru inn á www.saa.is.

Samtölin á miðvikudagskvöldunum eru öllum opin, allir eru hjartanlega velkomnir og hvattir til að mæta. Og það kostar ekkert.

Hollt í hádegini á þriðjudögum:

LÍKAMLEG, FÉLAGSLEG OG ANDLEG NÆRING

Í hádegini á þriðjudögum verður boðið upp léttan og hollan málsverð í Von, húsi SÁÁ í Efstaleiti 7, og léttan og hollan fyrirlestur um ýmsar hliðar á fíkn og bata við fíknisjúkdómum: Hollur og góður félagskapur.

Í september bjóðum við upp á mat frá hollustumatstaðnum Happ. Gestir setjast saman við langborð og því óhætt fyrir fólk að koma einsamalt. Þegar maturinn hefur verið reiddur fram, kl. 12.10, hlýðum við á stuttan fyrirlestur og að honum loknum mun fyrirlesarinn spjalla við gesti og svara fyrirspurnum. Spjallinu lýkur klukkan 13 og þá getur fólk haldið út í lífið endurnært á líkama og sál.

Í hádegini á þriðjudaginn næsta Lárus Blöndal sálfræðingur fjalla um vanda fólks við uppeldi eftir að það kemur úr meðferð. Þetta er mikilvægt málefni fyrir áfengis- og vímuefnasjúklinga sem margir koma úr brotnum fjölskyldum en vilja ekkert frekar en ná að snúa fjölskyldusögu sinni við. Þann 13. september mun Þórarinn Tyrfingsson yfirlæknir fjalla



LÁRUS BLÖNDAL Er einn af þeim sem mun halda fyrirlestur í september.

um hugræna atferlismeðferð fyrir alkóhólisma og skýra út kjarnann í henni og hugmyndafræðina að baki. Vikurnar þar á eftir fjalla Hörður Oddfríðarson ráðgjafi um sjálfsvirðingu og Halldóra Jónasdóttir ráðgjafi um meðvirkni.

Fyrir matinn, fyrirlesturinn, félagskapinn og samveruna greiðir fólk aðeins eitt þúsund krónur.

- ?** **HVAÐ:** Hollt í hádegini
- +** **HVAR:** Á Vog
- >** **HVENÆR:** Þriðjudaga kl. 12
- !** **FYRIR HVERN:** Alkóhólisma og aðstandendur í bata
- >>** **NÁNAR:** www.saa.is



RÁÐSTEFNA UM BETRI MEÐFERÐ

SÁÁ hefur árum saman haldið ráðstefnu í tengslum við afmælisfundinn í Háskólabíó. Að þessu sinni verður sjónum beint að kjarnanum í rekstri SÁÁ; meðferðinni sjálfri. Allar þær stéttir sem koma að fjölfaglegri meðferðinni munu meta stöðuna; hvað hafi vel tekist og reynist enn vel, hvað þurfi að aðlaga breyttum aðstæðum sjúkingahópsins og hvar megi gera betur. Fyrirlestrar verða fluttir af læknum, sálfræðingum, hjúkrunarfræðingum, áfengis- og vímuefnaráðgjöfum, félagsráðgjöfum og fleirum — og munu allir vanda sig við að tala ekki inn í eigin stétt heldur þvert á móti þannig að aðrar stéttir og leikmenn geti skilið. Þessi ráðstefna er því ekki aðeins ætluð fagmönnum sem vinna við áfengis- og vímuefnameðferð heldur öllu áhugafólki um áfengis- og vímuefnavandann — því það er okkur áfengis- og vímuefnasjúklingum mikilvægt að hér þróist og eflist góð meðferð samhliða styrkingu 12 spora-samtaka og hertri réttindabaráttu og eyðingu fordóma. Fylgist með vef samtakanna www.saa.is en afmælisfundurinn er 6. október og verður ráðstefnan betur kynnt á vefnum fyrir fundinn.

Nú um áramótin er **SIGURÐUR GUNNSTEINSSON**, ráðgjafi á Vogu, búinn að vera edrú í þrjátíu og þrjú ár og í haust hættir hann að vinna, sjötugur að aldri. Hann ætlar þó áfram að lofa SÁÁ að njóta krafta sinna og er annt um að fá að taka þátt í verkefni sem miðar að því að opna augu hinna eldri fyrir áfengisvandinum.

ÓLST UPP HJÁ SÁÁ

„Ég varð edrú hjá SÁÁ vorið 1978 þegar ég fór upp í Reykjadal í afeitrun,“ segir Sigurður Gunnsteinsson, ráðgjafi á Vogu, en um áramótin sama ár var hann búinn að munstra sig í vinnu hjá SÁÁ en nú er komið að nýju upphafi því Saggi eins og hann er kallaður hættir að vinna í haust.

Og hvað ætlarðu eiginlega að fara að gera?

„Ég veit það ekki. Konan mín hefur verið að spyrja að þessu sama: Hvað ætlarðu að gera?“ segir Sigurður en þau Guðmunda Jóhannsdóttir, handverks- og listakona, hafa verið gift síðan hann varð edrú. „Ef ég á að segja þér alveg eins og er þá hef ég ekkert hugsað út í það hvað ég geri. Kannski ég geri það bara daginn eftir, þegar ég vakna allt í einu eftir rúmlega hálfri öld í vinnu sem er ekki þarna lengur. Ég hef alltaf unnið og það er rosaleg rútína og ég viðurkenni að ég hef velt því fyrir mér hvernig það er að vakna án þess að þurfa í vinnu. Ég veit ekki hvernig sú tilfinning er og finn til eftirvæntingar, ekki kvíða.“

11 og 19 barnabörn

Eitt af því sem Sigurður Gunnsteinsson er ákveðinn í að gera eftir að hann hættir að vinna er að halda áfram að bjóða SÁÁ starfskrafta sína. Hann hefur enn brennandi áhuga á meðferðarmálum og vill fylgjast með öllu sem er að gerast. Honum finnst honum líka renna blóðið til skyldunnar og taka þátt í starfi samtakanna sem miðar að því að opna augu eldra fólks fyrir áfengissýkinni. Meðan augu almennings hafa beinst að ungunum vímuefnaneytendum og vandamálum þeirra hafa eldri borgarar á Íslandi laumast til að auka drykkju sína svo að til vandræða horfir.

„Það hefur margt breyst á þessum árum,“ segir Saggi en segja má að hann sé réttur maður á réttum stað til að hjálpa SÁÁ að takast á við nýtt verkefni tengd fólki sem komið er yfir miðjan aldur. Sigurður fæddur 1941 og hann ólst upp í Kleppsholtinu í Reykjavík. Faðir hans, Gunnsteinn Jóhannsson var kaupmaður og rak málningarverslun á Laugavegi fjögur í ein þrjátíu ár. Móðir hans, Steinvör Egilsdóttir húsmóðir, ól upp þau þrjú systkinin en Saggi er elstur. Yngst er systir hans sem búin hefur í Bandaríkjunum síðastliðin 35 ár en bróðir hans er vélstjóri í Reykjavík.

„Ég gekk í skóla í Laugarnes-skóla og Langholtsskóla,“ rifjar Saggi upp en þaðan lá leiðin í verknáms-skóla í Brautarholti sem útskrifaði gagnfræðinga. „Þá fór ég að vinna hjá þabba og var þar við afgreiðslu-störf og í málningarvinnu í þónokkuð mörg ár.“ Honum bar líka gæfa til að gifta sig og eignast fjögur börn en það var áður en Saggi varð edrú og það hjónaband varð



SIGURÐUR OG GUÐMUNDA
Núverandi konu sinni, Guðmunda, kynntist Sigurður þegar hann hafði munstrað sig til vinnu hjá Málningu hf fyrir yfir þrjátíu árum. Hann átti fyrir fjögur börn og saman hafa þau hafa alið upp dætur hennar frá fyrra hjónabandi.

MYND: GUNNI GUNN



HVAÐ: Heldri borgarar



HVAR: Von í Efstaleiti



HVENÆR: Október (fylgist með á vefnum)



FYRIR HVERN: Áhugasama og fólk komið yfir miðjan aldur



NÁNAR: www.saa.is

ekki langlíf. Núverandi konu sinni, Guðmunda, kynntist Sigurður þegar hann hafði munstrað sig til vinnu hjá Málningu hf og þau hafa alið upp saman dætur hennar frá fyrra hjónabandi.

Þú fjögur börn og hún tvö, hvað eru þetta eiginlega mörg barnabörn?

„Ég veit það ekki,“ segir Saggi og hlær en grípur svo til varna og kallar: „Munda? Hvað eru þetta mörg barnabörn hjá okkur?“ en hún er ekki á því að losa manninn sinn úr þessari snöru svo hann byrjar að telja á fingrum beggja handa og hættir þegar hann er kominn með ellefu sín megin og nítján hennar megin: „Ja, þetta er allavega rosalegt batteri, svaka matarveisla, þegar allur þessi hópur kemur saman.“

Sextugur í 100 kílómetra hlaupi

Sigurður hefur fest sig réttu megin við Lækinn og þau Munda bjuggu lengi á Rauðalæk og í Nökkvavogi og

nú eiga þau risibúð í bryggjuverfinu við Gullinbrú í Grafarvogi. Aðspurður um hvað hann hafi ætlað að verða þegar hann yrði stór segir Saggi alltaf hafa verið impóneraður yfir því að verða íþróttamaður.

„Ég æfði fimleika lengi vel, hjá ÍR, og þótti bara mjög efnilegur þar til að brennivín og kvennafar fór að spila alltof stóra rullu í mínu lífi,“ útskýrir hann og minnst þess að meira að segja í óreglu hafi hann alltaf reynt að vera meðvitaður um að vera góður til heilsunnar. „Þegar það svo rann loksins af mér fór ég strax að æfa aftur og hef eiginlega verið að því síðan.“

Það brá svo til tíðinda 1995 að Saggi meiddist á öxl og þurfti að fara í aðgerð og gat lítið æft. Þá var Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vogu, að hlaupa mikið og einhvern tíma bauð hann félagi sínum með og það varð að nýrri dellu:

„Upp úr því var ekkert sem stöðvaði mig. Eins og allt annað sem maður hefur komið nálægt þá heltóku hlaupin mig. Hvort sem það er brennivínsdrykkja eða hvað annað þá tek ég allt með trompi.“

Fyrstu tólf mánuðina hljóp Saggi ein 10 maraþon svo hann er ekkert að grínast með öfgarnar. Þetta þróaðist fljótt eftir að hann kynntist fleiri hlaupurum og sextugur var hann kominn á heimsmeistaramót í Frakklandi þar sem hann keppti í 100 kílómetra hlaupi. Í dag hleypur hann enn mjög mikið og er í mun að koma því til skila að fólk sem er kannski fast í drykkjumunstri á þessum aldri getur bætt við líf sitt 10 og 15 góðum árum.

Gósentíð drykkjumannsins

Það hefur margt breyst síðan Saggi

hóf störf á Sogni 1978 en hann fór beint að vinna við endurhæfingu: „Ég man alltaf eftir fyrsta deginum mínum þegar ég fer niður í salinn og held fyrirlestur. Þegar mér er lítið yfir hópinn þá þekkti ég eiginlega alla í salnum. Ég hafði drukkið með flestum þarna inni og kannaðist við aðra. Eina fólkið sem ég þekkti ekki með nafni var utan af landi. Með öðrum hafði ég setið með á Borginni og víðar.“

Svona var þetta um tíma. Drykkjufólk á Íslandi var í raun ótrúlega lítill hópur en þessi kynslóð varð edrú eða dó, eins og gengur, og brennivínið var með öllu dómínerandi þótt dæmi væru um róandi lyfjaneytendur. Það var lítið um amfetamínflka og sprautufíkla. Eiginlega ásaust þeir ekki fyrstu árin þótt einn og einn hafi kynnst örvandi efnu sem komu frá Bretlandi eða Þýskalandi með togurum. Þá voru slík efni fyrst og fremst notuð til að hægt væri að drekka meira, svo helgin gæti veird lengri og „þú heldir haus svo þú dyttir ekki ofan í súpuþiskinn.“

„Þetta hefur breyst alveg ótrúlega mikið,“ segir Sigurður og bætir við að það gerir málin miklu flóknari og erfiðari viðfangs. „Fólkið sem kemur inn núna hefur oft notað mörg efni í mjög langan tíma.“

Og er það að klára sig fljótt þess vegna?

„Já, bæði vegna þessara efna sem fólk notar í dag og líka sem betur fer vegna breyttra viðhorfa gagnavars neyslu. Við erum ekki eins umburðarlynd og við vorum fyrir tuttugu og þrjátíu árum síðan því í dag vitum við af úrræðunum sem eru í

boði,“ útskýrir Sigurður og bætir við að umburðarlyndið hér á árum áður hafi stafað af ráðleysi því það voru ekki til neinar raunverulegar lausnir. Það var jú hægt að koma fólki fyrir á Kleppi en það var nú eins og það var og oft lítinn bata að finna þar.

„Það eina sem var hægt að gera við drykkjumann hér á árum áður var að biðja hann að hætta þessu. Sem var auðvitað gósentíð drykkjumannsins því hann var þá bara alltaf að lofa því að hætta og allir í kringum hann ægilega fegnir að heyra það.“

Nú er þetta breytt allt saman, segir Sigurður, og fólk í mörgum efnu samtímis. Neyslan getur verið aggressívari þess vegna og margir koma yngri til meðferðar en áður því þú keyrir þig að eindaga fyrir. „Sumir koma oftar í meðferð og hún vinnur á þessu með ítrekun. Þú kemur bara aftur og þá heggurðu aðeins lengra inn í lausnina og það ekkert að því að koma einu sinni, tvisvar, þrisvar, fjórum sinnum áður en þú nærð þessu.“

Að verða fyrirmyndarborgari

Eitt af áhugamálum Sigurðar hvað meðferðina varðar hefur verið að reyna dýpka skilning sinn og annarra á því hvað sé góður bati. Honum hefur alltaf fundist það spennandi viðfangs því fljótlega uppgötvandi hann að bati er eitthvað miklu meira en bara stöðva neyslu.

„Það virðist vera lykileinkenni þessa sjúkdóms að neita því að þú sér veikir fyrir en yfir líkur næstum því. Þetta er frábrugðið öllum öðrum sjúkdómum því ef þú finnur til krankleika þá hleypurðu strax til



GIFTU SIG FYRIR 33 ÁRUM
Guðmunda og Saggi giftu sig sama ár og Saggi varð edrú.



SVARTÁ Það eru ekki bara hlaupin sem höfða til Siggja heldur er hann líka mikill veiðimaður og hér er hann með lax sem hann veiddi í Svartá.



ÍÞRÓTTAMAÐURINN Fyrstu tólf mánuðina eftir að Þórarinn kynnti Siggja fyrir hlaupum hljóp hann ein tíu maraþon.



100 KÍLÓMETRA HLAUP Það eru engir venjulegir menn sem fara til Frakklands um sextugt og hlaupa 100 kílómetrana!

BARNABÖRNIN Saggi reynir að muna hvað hann á mörg barnabörn. Kannski ellefu sín megin og nítján Munda megin.

viðeigandi aðila og vilt fá lausn. Svo er ekki með alkóhólisma og oft er sá eða sú sem kemur til meðferðar gjaldþrota á öllum sviðum lífsins.“

Að sögn Sigurðar er því mikilvægt að þegar þú ferð inn í bataferil þá látirðu til þín taka á öllum sviðum. Lífræðilega þarftu að vinna markvist að því að láta þér batna. Og það gerirðu ekki með því að sýna eitthvert hlutleysi. Þú verður að hafa fyrir því að byggja þig upp líkamlega og andlega og vinna þá vinnu sem til þess þarf.

„Síðan er það þessi félagslegi þáttur sem tengist því að virkur alkóhólisti er augljóslega byrði á sínu samfélagi því það bera hann allir. Fólkið hans hefur áhyggjur af honum, er andvaka og reitt út í hann og svo framvegis. Þegar hann stöðvar neysluna er algengt að málin séu öll í flækju. Ekki bara gagnar ástvinum heldur líka gagnvart samfélaginu. Kannski er alkóhólistinn búinn að missa bílprófið eða skuldar mikla peninga en hvað sem það er þá þarf að taka til í þessu öllu. Þú þarft að hætt að vera byrði á samfélaginu og verða styrkur. Það er merkir að þú verðir fyrirmyndarborgari og standir upp og látir til þín taka.“

Þetta tekur tíma en er vel hægt, segir Sigurður, og bendir á að þegar hann kom úr meðferð á sínum tíma féllust honum hendur. „Það var svo rosalega mikið sem var að hjá mér. Mér fannst eins og það sæst ekki högg á vatni en þetta er langhlaup og það þarf í þetta seiglu. Auðvitað er þetta líka spennandi verkefni og mikil verðlaun í boði. Sjálfsvirðingin vex og dafnar og styrkist.“

Nýr hópur eldra fólks

Varðandi eldra fólk, hverjir eru að leita sér meðferðar?

„Það er stundum sagt að skipa megi þessu fólki í tvo hópa. Það er nýtt fólk, sem aldrei hefur komið áður, og svo þessi hópur sem hefur fylgt okkur í yfir þrjátíu ár og það fólk eldist líka og sumum gengur misvel,“ segir Sigurður en það gerist stundum að einhver kemur til hans og heilsar og segist hafa verið að sögn 1981 og náð vera edrú í meira en áratug en svo byrjað aftur. „Þá er þessi einstaklingur orðinn fullorðinn og þetta verður erfiðara og þyngra því ef þú ert yfir sextugt er líkaminn veikari og allt miklu þyngra.“

Svo er það þessi nýi hópur, útskýrir Siggí, fólk sem hefur kannski alla tíð drukkíð en náð að halda utan um sitt. Komið sér fyrir í lífinu og staðið sig í vinnunni sinni, komið börnunum í gegnum nám og svo bara allt í einu gerist eitthvað í lífi þessara einstaklinga sem eru orðnir fullorðnir og á örskömmum tíma missa þau alla stjórn á drykkjunni.

„Það getur verið svo margt sem veldur. Veikindi kannski eða þeim sé kippt til hliðar úr vinnu, eða hættir að vinna, eða að maki veikist eða fellur frá. Oft er fólk ekki tilbúið til að fást við þetta á annan hátt en að drekka sinn bjór og á örskömmum tíma er þetta fólk búíð að tapa allri stjórn. Kannski var það eitthvað veikt fyrir, með kvíðavandamál eða svefnvandamál eða blóðþrýstings- eða verkjavandamál. Hugsanlega er fólk að drekka ofan í lyfin sín sem þau nota reglulega. Þessi rúleta setur af stað hvírfilvind,“ segir Sigurður og bendir á að þetta vandamál sé oft illa greint, eða bara alsekkí greint, því það sé þetta fólk sem er að detta og meiða sig og lenda á slysavard-



SIGURÐUR GUNNSTEINSSON Eitt af því sem Sigurður Gunnsteinsson er ákveðinn í að gera eftir að hann hættir að vinna er að halda áfram að bjóða SÁÁ starfskrafta sína.

MYND: GUNNI GUNN

stofum eða að það leiti til heimilislækna vegna kvíða og svefnleysis. „Og það er alltaf afgreitt með því að gefa þeim meiri svefnlyf eða þunglyndislyf þegar kannski er augljóslega bara um áfengisvanda að ræða. Eflaust þarf heilsugæslan að endurskoða sínar skimunaraðferðir varðandi þetta. Það er full ástæða til þess að spyrja fólk hvað það er að drekka mikið.“

Bregst þessi nýi hópur eldri alkóhólisti vel við meðferð?

„Já, þetta er fólk sem hefur verið

alið upp í öðru samfélagi og er mjög í mun að taka ábyrgð á sínum málum ef það fer í meðferð. Aðalmálið er að ná í þá einstaklinga sem þurfa hjálp. Það getur verið erfitt.“

Um þrjátíu þúsund Íslendingar eru 65 ára og eldri og Sigurður segir að hann vilji varla hugsa þá hugsun til enda hversu stór hluti af því fólki sé að fást við stjórnlausan áfengisvanda án þess að leita sér hjálpar.

„Verkefnið felst soldið í hvaða nálgun þarf að vera til að við getum fengið þennan nýja hóp af fólki til

að máli svo það geti uppgötvar að það sé til betra líf en að vera að súpa daglega á einhverjum rauðvínsplum eða sérríbokkum sem fylla allar öskutunnur heima hjá þér. Við höfum sem betur fer séð fullorðin fólk koma inn sem bætir við tíu og fimmtán hamingjusömum árum við líf sitt þrátt fyrir að vera orðin þetta fullorðin. Þetta fólk hélt að það ætti ekki möguleika á góðu lífið því brennivínið át upp allan þeirra tíma.“

Eins og flestir sem starfa við meðferð þá Sigurði mikið niðri fyr-

ir. Honum finnst sorglegt að vita af fólki sem eyðir síðustu æviárum sínum í áfengismóki í stað þess að vera í heitu pottunum að ræða málin eða einhverjum klúbbum að skemmta sér við að spila kana eða bara úti í göngu. En það getur verið erfitt fyrir fólk að viðurkenna vandann og mikilvægt fyrir aðstandendur eldra fólks sem er að sóa lífi sínu í drykkju að hafa samband við SÁÁ og fá tíma hjá ráðgjafa.

Fyrirmyndarmeðferð

Sigurður segir að margt hafi breytt hvað varðar áfengisneyslu á Íslandi. Hér á árum áður voru fáir staðir sem seldu áfengi og hart var tekið á því ef áfengi var auglýst. Ríkið var oft lokað (stundaðar voru svokallaðar skyndilokanir jafnvel) og það ver ekki einu sinni seldur bjór.

„Öll bremsa er löngu farin,“ segir Sigurður og bendir á að nú er bjór og brennivín út um allt og því haldið að fólki með auglýsingum, „það kostar miklu minna en áður og útsöluðar eru á hverju horni. Þetta rosalega frelsi hefur breytt miklu og kráreigendur og aðrir segja að þetta sé miklu betra svona. Ég er ósammála því. Betra fyrir hvern?“

Nú er gósentíð fyrir alla sem drekka, heldur Sigurður áfram, og finnst skrytið sjálfum að vita til þess að við séum á hraðleið með að ná að torga sama magni af áfengi og Danir „sem við horfðum á fyrir nokkrum árum og sögðum: Þeir drekka nú allveg rosalega! Því af þessari tegund af neyslu sem nú kollrjúður öllu, þessari sídrykkju, fylgja sjúkdómar, lífrásjúkdómar og annað sem við þekktum ekki hér áður. Drykkjan er líka að færast niður í aldrí og ég held að þetta sé ekki eitthvað sem við ættum að hreykja okkur af.“

Sjálfur ætlar Siggí að halda áfram að starfa að þessum málum þótt hann hætti formlega að vinna sem ráðgjafi á Vogu í haust. „Ég er í stjórn SÁÁ og held áfram að vera þar. Ég er auðvitað búinn að alast upp hjá SÁÁ og verð þeim að liði þótt ég hætti að vinna.“

Sigurður veit að það eru næg verkefni þótt hann sé ánægður með að tekist hafi að skapa hér meðferð lítið er til utan úr heimi sem fyrirmyndarmeðferðarform „því við höfum verið svo heppin að geta sagt að við erum með meðferð sem tekur utan um alkóhólistann og hans fjölskyldu og sinnir þeim eins og þarf,“ segir Siggí að lokum, tilbúinn til að takast á við þau nýju verkefni sem fylgja því að hætta að mæta í vinnuna. -MT



LITLI SIGGI Svona leit eldri borgarinn út þegar hann var að stiga sín fyrstu spor í Kleppsholtinu.



FJÖLSKYLDUMYND Hér eru systkinin Egill og Sigrún og Siggí sjálfur (Gunnsteinsbörnin) á góðri stund með foreldrum sínum.



FJÓRIR FRÆKNIR Siggí, Þórarinn Tyrfinngsson, Josep Pirro og Grettir Pálsson á góðri stund.



MEÐ RÁDGJAFAN Í gegnum árin hefur Sigurður verið sólginn í meiri menntun hvað ráðgjöf varðar og hér er hann ásamt ráðgjafa í Minnisota.



SIGGI OG MUNDA Á FERÐALAGI Lífið er nefnilega dásamlegt og þau Siggí og Munda samheldin hjón sem ferðast og skemmta sér saman.

VIÐ GETUM ÞAÐ ALLAR - og þú líka -

Við getum allar ræktað sál okkar og líkama.
Í Baðhúsinu hefurðu aðgang að því sem til þarf
fyrir aðeins 6.190* á mánuði.
Með þátttöku í KK klúbbnum kemstu jafnt
í opna sem LOKAÐA tíma. KK klúbburinn
er klárlega hagstæðasta leiðin.

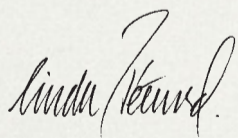
Allt þetta er innifalið í Baðhúsinu
fyrir aðeins 6.190* kr. á mánuði;

- Zumba.
- Hot jóga.
- Lene Hansson námskeið.
- Fit Pilates.
- CX30.
- Afró.
- Jane Fonda.
- Heilsuátak.
- Spinning Express.
- Tabata (Trx, Bosu, ketilbjöllur).
- Magadans.
- Les Mills tímar.
- Salsa.
- TKT.
- Tæbox.
- o.mfl.

Og auðvitað hefurðu líka aðgang að heitri laug,
vatnsgufu, sauna og notalegu hvíldarhreiðri.

Komdu í Baðhúsið - og náðu markmiðum þínum.
Við getum það allar. Og þú líka.

Vertu velkomin.



Nánari upplýsingar á www.badhusid.is/kk

**Komdu strax í klúbbinn og byrjaðu að æfa,
fyrsta greiðsla kemur ekki fyrr en í október!**

6.190* á mánuði í KK áskriftarklúbbnum, lágmarkstími 12 mánuðir. Hægt er að velja um 4 leiðir, með mismunandi bindingu og fríðindum; Skólaáskrift, Grunnáskrift, Eðaláskrift eða Frjálsáskrift. Frír aðgangur að lokuðum tímum, og frí barnagæsla fylgir öllum leiðum nema Skólaáskrift.



Ljósmyndari: Cassi



BADHÚSIÐ
www.badhusid.is
Sími 515-1900