



EN TIDNING FRÅN KRIS, KRIMINELLAS REVANSCH I SAMHÄLLET • # 4 2023

VAGGEN UT

UTREDNING FÖRESLÅR BARN I FÄNGELSE

MÅNGA ÄR KRITISKA TILL UTREDNINGENS FÖRSLAG

KRIMCOACHEN JESSICA COACHAR EX-KRIMINELLA

OM SKAM, SKULD OCH ATT INTE KUNNA FÖRLÅTA SIG SJÄLV

FRÅN FÅNGE TILL FÖRFATTARE

BOKSLÄPP AV ALI REUNANENS "HEJ, JAG HETER ALI", MED MÅNGA NÄRVARANDE

FAMILJEN SOM SAMHÄLLET SVEK





Bobcat®



SUCCÉN FORTSÄTTER MED NY MODELL - E57W



HJULSÅG

FRÅN NORR TILL SÖDER
FÖRSÄLJNING & SERVICE
CE-MÄRKTA MASKINER
RESERVDELAR INOM 24 TIM



WWW.BOBCAT.SE

STOCKHOLM 08-564 899 60 | KRISTIANSTAD 044-24 40 10
MALMÖ 040-22 22 04 | GÖTEBORG 031-24 40 05

4 2023



Ali Reunanen

VÄGEN UT

VÄGEN UT ISSN 1651-4254

Utgivare: KRIS Riksförbund

Ansvarig utgivare: Gernay Woldu

Redaktör: Yvonne Strömberg

Layout: Yvonne Strömberg

Omslagsfoto: Annie Spratt/Pixabay, beskuren

Tryckeri: Norrköpings Tryckeri AB

Medlemsutskick: KRIS Riksförbund

Gröndalsvägen 194 • 117 69 Stockholm

Företagsannonsering och prenumeration:

Team Work Trading AB, 0587-17 00 00

Kontakta VÄGEN UT:

Gröndalsvägen 194 • 117 69 Stockholm

E-post: redax@krisvagenut.se

Hemsida: www.krisvagenut.se



4 LEDARE:

Ökande bekymran uppstår när det sprängs hej vilt.

5 UTREDNING FÖRESLÅR BARN I FÄNGELSE

Många är kritiska till utredningens förslag.

8 KRIMCOACHEN JESSICA COACHAR EX-KRIMINELLA

Om skam, skuld och att inte kunna förlåta sig själv.

11 FRÅN FÅNGE TILL FÖRFATTARE

Boksläpp av Ali Reunanens "Hej, jag heter Ali", med många närvarande.

13 FAMILJEN SOM SAMHÄLLET SVEK

Bella gjorde allt och lite till, men fick ändå inte den hjälp hon behövde.

16 DET HÄR BLIR DU BEROENDE AV

Unga KRIS ger information kring droger.

20 KORSORDET

LEDARE:

ÖKANDE BEKYMRAN UPPSTÅR NÄR DET SPRÄNGS HEJ VILT

Sverige har under det gångna året ställts inför en oroande ökning av antalet sprängningar. Det har skapat en växande känsla av osäkerhet och otrygghet. Dessa incidenter, som har ökat i både frekvens och omfattning, kräver en grundlig granskning och en gemensam ansträngning för att förstå och åtgärda problemet.

Först och främst är det viktigt att erkänna att sprängningar inte bara är kriminella handlingar, utan också en allvarlig fara för allmänheten. Antalet explosioner har under året skapat en våg av oro bland medborgare och lyfter fram behovet av effektiva åtgärder. Både från myndigheter och samhället som helhet, då vanliga hederliga medborgare blir offer för det som sker.

En del av utmaningen är att förstå de underliggande orsakerna till den dramatiska ökningen av antalet sprängningar. Bland de faktorer som kan bidra till den negativa trenden kan nämnas social ojämlikhet, organiserad brottslighet och bristande resurser för att bekämpa dessa problem. En omfattande analys är nödvändig för att identifiera dessa orsaker och

formulera strategier för att motverka dem.

Myndigheternas insatser är avgörande för att bekämpa sprängningarna och återställa tryggheten i samhället. En ökad närvaro av polis och en stärkt samverkan mellan olika myndigheter är nödvändig för att effektivt bekämpa organiserad brottslighet och förebygga framtida sprängningar. Dessutom är det viktigt att investera i sociala program och utbildningsinitiativ för att adressera de bakomliggande orsakerna till brottslighet och åstadkomma långsiktiga förändringar.

Samtidigt behöver vi också engagera oss i att skapa en kultur av samarbete och ömsesidig respekt. Medborgare måste känna att de är en del av lösningen, att de kan bidra till att skapa trygga och säkra samhällen. Lokala gemenskaper, icke-statliga organisationer och företag bör aktivt delta i ansträngningarna för att motverka sprängningar och främja en säker miljö för alla.

Att tackla den ökande trenden av sprängningar i Sverige kräver en helhetsinsats som kombinerar brottsbekämpning, sociala reformer och

samhällets engagemang. Genom att arbeta tillsammans kan vi skapa ett säkrare och tryggare samhälle för nuvarande och framtida generationer.

*Germy Woldu
Ansvarig utgivare och
ordförande RiksKRIS*



Foto: Baldur Bragsson

UTREDNING FÖRESLÅR BARN I FÄNGELSE

En utredning om frihetsberövande påföljder för barn och unga har lämnats över till regeringen. Utredningen föreslår att Kriminalvården tar över ansvaret för barn och unga som dömts för grova brott, med vissa anpassningar efter barn och unga. Vägen ut har talat med experter som deltagit i utredningen, Kriminalvården och Röda Korsets Ungdomsförbund. Borde barn sitta i fängelse?

Text: Matthias Matsson

Införandet av så kallade "ungdomsfängelser" var en av punkterna i Tidöavtalet som togs fram av regeringen och Sverigedemokraterna. Förslaget uttryckte bland annat: "Ungdomsfängelser ska ersätta de särskilda ungdomshem som SiS ansvarar för idag och där domar på sluten ungdomsvård normalt verkställs."

2021 beslutades att en utredning skulle se över regleringen om frihetsberövande för unga. I augusti i år lämnade så justitierådet Agneta Bäcklund över utredningen till justitieminister Gunnar Strömmer (M).

Utredningens förslag är att även barn och unga ska kunna dömas till fängelse, istället för sluten ungdomsvård. Detta ska vara en påföljd för barn mellan 15–17 år som begått grova brott, vilket avser mord, våldtäkter och grova rån.

Utredningen förordar vissa anpassningar för denna verksamhet, såsom att särskilda ungdomsavdelningar bör inrättas där de avtjänar sitt straff avskilda från vuxna. Kriminalvårdens personal måste ha särskild kompetens och erfarenhet

och myndighetens skolverksamhet måste anpassas till barn som går i skola.

Utredningen föreslår också att vissa barn måste särbehandlas om barnen eller ungdomen har synnerliga skäl. Det kan vara vid risken att barn far illa ihop med andra dömda eller vid de fall barn och unga har särskilda behov, till exempel vid fysisk eller intellektuell funktionsnedsättning. I dessa fall ska det finnas en möjlighet att avtjäna straffet vid ett särskilt ungdomshem.

– Brottsligheten har förändrats sedan sluten ungdomsvård infördes för över 20 år sedan och nuvarande system är inte anpassat för att ta hand om de grävsta brottslingarna. Kriminalvården har stor erfarenhet av grova brottslingar och är den myndighet som är bäst rustad att hantera den här målgruppen, säger Gunnar Strömmer till tidningen Socionomen vid överlämnandet av utredningen.

Tove Björnheden, chefsjurist och bitr. avdelningschef vid Barnombudsmannen lägger fram ett särskilt yttrande i utredningen. Hon menar att förslagen varken är nödvändiga eller

motiverade ur ett barnrättsligt perspektiv, bland annat med anledning av barn och ungdomars utvecklingsfas, som innebär bristande impuls kontroll och konsekvenstänk, samt att de tar mer skada av frihetsberövning.

Vägen ut har talat med Malin Isaksson, Kriminalvården. Hon har



Foto: Kriminalvården

Malin Isaksson

ansvaret nationellt för barnrättsfrågor i myndigheten. Hon säger att myndigheten redan nu har viss erfarenhet av att arbeta med barn och unga, framför allt inom ramen för ungdomsövervakning. Det nya är straffpåföljden i anstaltsmiljö. Hon säger att Kriminalvården analyserar förutsättningarna, att det är upp till regering och riksdag att ge mer exakta förutsättningar och att det visar sig längre fram vad som behövs för att genomföra det.

Som Vägen ut skrivit i tidigare artiklar, bland annat Vägen #2-2023, är Kriminalvården i en ansträngd situation med brist på platser för intagna, även i häkten och brist på personal. Kriminalvården expanderar men straffskärpningar sätter press på ytterligare expansion. Malin Isaksson menar att det i detta läge är svårt att säga hur ungdomsverksamheten påverkar situationen, att man inte vet hur omfattande uppdraget blir.

Samtidigt ser hon vissa farhågor då det är mycket som ska göras under kort tid, ihop med höga förväntningar på en väl fungerande verksamhet. Förväntningar från uppdragsgivarna, regering och riksdag, allmänhet, brottsoffer och anhöriga till de frihetsberövade och barnen själva.

Vad har du för förväntningar om förslagen genomförs?

– Att de ska kunna bli en verksamhet som motsvarar de här förväntningarna. Att en eventuell fängelsepåföljd för ett barn ska bidra till minskad kriminalitet efter ett avtjänat straff. Att det barnet får förutsättningar att leva ett gott liv, säger Malin Isaksson.

Hon säger att Kriminalvården analyserar förutsättningarna, att det är upp till regering och riksdag att ge mer exakta förutsättningar och att det visar sig längre fram vad som behövs för att genomföra det.

– Och i de här fallen inte tidigt nog, men tidigt, säger Malin Isaksson.

Erik Svensson är docent i straffrätt vid Stockholms universitet. Han deltog som expert i utredningen och ställer sig bakom förslagen. Han säger att det beror på "olika saker av juridiskt teknisk karaktär", varav den

han särskilt lyfter fram är att straffen generellt blir längre. Det kommer innebära att unga som sitter inne nu blir vuxna när de kommer ut. Han säger att SiS (Statens institutionsstyrelse) ungdomshem från början var och i första är hand avsedda för dem som sitter där på grund av sociala problem enligt LVU (Lagen om vård av unga).

– Jag tycker inte att det är rimligt att unga människor som har den typen av problem ska behöva sitta tillsammans med ganska mycket äldre personer som dessutom har begått väldigt allvarliga brott, säger Erik Svensson.

En annan anledning handlar om hur systemet för ungdomspåföljder ser ut dag. Att man i första hand får ungdomsvård eller ungdomstjänst, något som Socialstyrelsen administrerar. En mer allvarlig påföljd är ungdomsövervakning som, som administreras av Kriminalvården. Den mest allvarliga påföljden för barn och unga som begår grova brott är slutna ungdomsvård, något som administreras av SiS.

– Det finns någonting konstigt i att Kriminalvården tar hand om en mindre allvarlig påföljd, men inte den mer allvarliga påföljden, säger Erik Svensson.

Till sist menar Erik Svensson att han ställer sig bakom förslaget av ett



Li Nester

principiellt skäl, att det tydliggör skillnaden mellan vård och straff. Även om Kriminalvården med sin rehabiliterande verksamhet är tänkt att vara en form av vård, är det något annat än om man har en sjukdom, funktionsnedsättning eller sociala problem.

– Då är ju vården ett erbjudande från samhällets sida, säger Erik Svensson.

Men ett frihetsberövande är väl i sig ett straff?

– Jo, det är det absolut, men de har olika grund. Jag tycker det är viktigt att man betonar den skillnaden. Straffet handlar i ganska hög grad om kommunikation. Vad kommunicerar staten här genom det här straffet?, säger Erik Svensson, som alltså menar att fördelarna han ser inte nödvändigtvis är kopplat till brottsförebyggande.

Han har generellt svårt att se att förslagen skulle hjälpa mot ungdomsbrottsligheten som den ser ut. Möjligtvis skulle det bli svårare att rymma, spekulerar han.

– Något som jag tror kan hjälpa på riktigt är ett system med villkorlig frigivning även för de unga. Det tror jag faktiskt kan vara positivt, säger Erik Svensson.

Många aktörer har fått erbjudande om att lämna remissvar till utredningen och många är kritiska till regeringens repressiva politik. Däribland Unga KRIS och Röda Korsets Ungdomsförbund som samarbetar med ett remissvar. Li Nester, förbundsordförande för Röda Korsets Ungdomsförbund skriver i ett mejl att barnkonventionen är tydlig: Alla barn och unga har rätt till bra skola och vård i en trygg miljö.

– Det kommer att bli en stor utmaning för Kriminalvården att anpassa sin verksamhet till ungas behov och rättigheter. Det är viktigt att regeringen tar den utmaningen på allvar och ser till att alla unga i verksamheten får bästa möjliga förutsättningar att bygga ett nytt liv, säger Li Nester.

Fotnot: Vägen ut har sökt företrädare från regeringen utan resultat.



KRIMCOACHEN JESSICA COACHAR EX-KRIMINELLA

Skam, skuld och att inte kunna förlåta sig själv. Det är känslor som många med ett kriminellt eller struligt förflutet bär på. Dessa känslor bromsar personens utveckling och kan göra det svårt att hitta verktyg för att ta sig vidare, menar Jessica Hjert, som är KBT-terapeut och kriminolog.

Text : Veronica Berggren
Foton: Therese Skoog

– Skam gör att vi inte vågar prata om det vi går och bär på. Och skam växer i mörkret och tystnaden, menar hon.

I sitt arbete som terapeut möter Jessica människor som kommer till henne för att få hjälp med depressioner, ångest, fobier och andra psykiska besvär som skapar svårigheter i vardagen.

Bakgrunden som kriminolog, den långa erfarenhet hon fått genom tio års arbete inom Kriminalvården och drivet att stötta målgruppen hon mötte där gjorde att hon sedan en tid tillbaka även titulerar sig "krimcoach".

Krimcoachning hos Jessica liknar vanliga terapisaftal men är riktade mot en specifik målgrupp – de som har ett kriminellt eller struligt förflutet.

– Vissa av dem som kommer har straff med sig i bagaget och har suttit inne medan andra har ett problematiskt förflutet och har varit med i gäng eller begått brottsliga handlingar men inte suttit på anstalt, säger hon.

Många har tunga erfarenheter med sig och söker förståelse. De vill bli

lyssnade på. Då är det lättare att vända sig till någon som de vet har kunskap och erfarenhet av det här området.

– Det jag ger dem är en blandning av terapi och coachning. Vissa samtal är coachande och inriktade på hur de ska ta sig framåt medan det andra gånger blir mer terapeutiskt och behandlande av det som varit i deras förflutna, berättar Jessica.

Men det är inte bara de som själva har ett problematiskt förflutet som vänder sig till henne. Även föräldrar till barn som är kriminella kommer för att få stöd.

– Det är en målgrupp som upplever mycket skuld- och skamkänslor. Det kan kännas pinsamt och jobbigt att ha ett barn som sitter inne eller är heroinmissbrukare. Som förälder tar man på sig mycket av ansvaret för det som händer med ens barns liv, säger Jessica.

Ett kriminellt förflutet kan innebära mycket och vara en spretig grupp

med allt från de som begår ekonomiska brott, till vålds- och narkotikabrott. Av dem som söker sig till Jessica för att få hjälp ser hon att det är en tydlig blandning av personer ur den här gruppen. Den röda tråden är känslor av skam och skuld.





Foto: Gerd Altman/Pixabay

– De som varit inblandade i gängkriminalitet, våld i nära relation eller missbruksrelaterad brottslighet bär ofta på mycket skuld och skam. Men även för någon som har begått ekonomiska brott kan skam över vad man gjort vara ett hinder för att söka hjälp. Det gör det svårt att förlåta sig själv, säger Jessica.

När hon möter sina klienter utgår Jessica inte från någon särskild manual eller modell. På så sätt skiljer sig hennes arbete nu från det hon gjorde inom Kriminalvården.

– Det är skönt att kunna vara mer flexibel i mitt arbete och möta klienten där han eller hon är, berättar hon.

I övrigt skiljer sig arbetet med "krimklienterna" inte så mycket från det hon gör med sina andra klienter – allt utgår från samtalet och var personen befinner sig just nu.

– Vissa av de tidigare kriminella jag möter är medvetna om förändringarna de behöver göra, men vet inte hur de ska gå tillväga. Andra vet inte var vare

sig problemet eller lösningarna ligger. Oavsett vilket så finns skamkänslorna där som ett hinder framför dem.

I samtalen använder Jessica sig av sin kriminologbakgrund och hon berättar att kunskaperna om drivkraften bakom kriminalitet gör att hon enklare förstår sin målgrupp – och hon hjälper dem att förstå sig själva. Många blir lättade av att få prata av sig och får under samtalen aha-upplevelser som gör att de mår bättre.

– De får en insikt i varför de gör som de gör och varför de tidigare gjort som de gjort. Men det kan ta tid, säger Jessica.

I både arbetet inom Kriminalvården och i arbetet som krimcoach upplever Jessica ofta att hon som den som ger samtalsstöd lätt blir den som står den intagne eller klienten närmast.

– De har inte samma sociala nätverk och pratar inte med sina kompisar på samma sätt som någon utan deras bakgrund gör. De känner att de inte kan eller vill berätta om sin bakgrund

och sina erfarenheter för människorna omkring dem. Då blir jag en person de kan öppna upp sig för, berättar Jessica.

I arbetet inom Kriminalvården var hon ibland tvungen att bryta sin kontakt med en intagen om denne exempelvis skulle byta handläggare.

– Det kunde vara tråkigt att behöva göra när jag upplevde att vi fått en bra kontakt och när jag kanske haft samtal med personen i flera år, säger hon.

I sitt arbete nu, som egenföretagare, är hon mer flexibel och bestämmer själv tillsammans med klienten hur deras fortsatta arbete framåt ska se ut. Eller om det ska avslutas för att klienten är redo att gå vidare på egen hand.

Jessica upplever också ett behov av kontakt från sina "krimklienter", på ett sätt hon inte gör med sina andra samtalsklienter.

– Som krimcoach upplever jag att de klienterna tar mer kontakt mellan våra samtal. Det kan komma meddelanden

där de berättar om sina tankar, framsteg och insikter. Jag får inte samtal från andra klienter på nyårsafton eller på jul, men det kommer ofta från dessa klienter, säger Jessica och ler.

Bristen på sociala relationer där de kan dela med sig av det som sker i deras liv ser Jessica som en möjlig anledning till detta. Men även att de hos henne inte blir bemötta med fördomar och dömande.

– Det är lätt att döma en person när man läser om dennes handlingar i tidningen. Men jag har aldrig träffat en kriminell person som jag inte tyckte om, berättar Jessica.

Anledningen till detta säger hon är att hon alltid ser människan bakom handlingen.

– Om jag sitter och dömer personen framför mig kan jag inte hjälpa honom eller henne, fortsätter hon.

Istället ser hon sorgen, ledsenheten, skulden och skammen som finns

inom personen – men också viljan att förändras.

– Alla de "krimklienter" jag möter tycker att det som de gör är fel. Ingen kommer till mig och vill slå sin fru mer. Klienterna jag möter har rätt värderingar inom sig, men gör fel handlingar, förklarar hon.

Aha-upplevelser, självinsikt och mindre skam är några av de saker Jessicas "krimklienter" får med sig efter det sista samtalet. Men enligt henne själv är det allra viktigaste som de bär med sig därifrån är tillit till en annan människa. Något som tidigare kanske aldrig funnits där.

Hon beskriver hur många av hennes klienter har stått utanför dörren till mottagningen och tvekat. Alltför rädda för att kliva in – och vissa kommer heller inte till det bokade samtalet på grund av just rädsla.

– Men när de väl kommer till våra samtal så märker jag skillnad redan efter 1–2 gånger. Jag hjälper dem att visa att de mår bra av att prata, att det

finns någon där som kan sträcka ut en hand och ge stöd.

Detta menar Jessica är det viktigaste verktyget och det finaste som klienten får med sig från arbetet de gör tillsammans.

– Att inte förlåta dig för det du gjort är att ge dig själv ett längre straff än det du fick avtjäna i fängelset. Risken är att straffet du ger dig blir livslångt när skammen säger att ingen kan förlåta dig för det du gjort. Och att du absolut inte kan förlåta dig själv, säger hon.

Så många av de klienter hon möter har länge gått runt med tankar om att de inte är värda att ha det bra. Det är ett tydligt tecken på att skuld och skam finns där bakom.

– Du är värd att ha ett bra liv även om du gjort fel i ditt förflutna, avslutar Jessica.

5 tips från Jessica om du lever med skamkänslor kring ditt förflutna:

- Sök hjälp så fort som möjligt. Så fort du tänkt tanken att du kanske skulle behöva hjälp visar det att behovet finns.
- Hitta motivationen som behövs för att kunna göra jobbet som krävs för att bearbeta det som varit. Att arbeta bort skuld och skam är tufft, men det är värt det i längden.
- Våga prata om det som varit. Tystnad gör att skammen växer.
- Hitta sammanhang där du kan lära dig att bygga upp tillitsfulla kontakter och relationer. Gärna hos en psykolog eller terapeut som förstår dig.
- Trotsa rädslan som håller dig från att ta tag i ditt förflutna. Fokusera på resultatet du vill uppnå – ett liv utan skamkänslor där du har förlåtit dig själv.

Fakta om Jessica

- Finns i Vänersborg, men arbetar även online.
- KBT-terapeut, kriminolog och krimcoach. Utbildad även i skrivterapi.
- Jobbar tillsammans med sin 3-åriga amerikanska bully Dex, som är under utbildning till terapihund.



Jessica, Dex

FRÅN FÅNGE TILL FÖRFATTARE

KRIS förbundssekreterare Ali Reunanen har släppt en bok om ett minst sagt spretigt liv. Från arbete med välkända artister och skådespelare, till att förlora allt i tungt missbruk och kriminalitet. För att sedan göra en helomvändning och ge tillbaka till samhället. Den 5 oktober anordnades ett boksläpp.

Text : Matthias Mattsson,
Ali Reunanen

Boken "Hej, jag heter Ali" är mycket. En historia om en resa i stjärnglans. Ett liv som representant i internationella judotävlingar. Ett liv i musikbranschen med arbete på EMA Telstars konserter med bland annat artister som Rolling Stones, Pink Floyd, Tina Turner, Nirvana m.fl. Långa turnéer med bland annat Europe under bandets genomsåg. Ett liv med arbete på Dramaten som denna dag representerades av skådespelarna Anita Wall och Lars Lind. Ett liv i Hollywoods filmbransch.

Men också en historia om en krokig resa in i tillfrisknande. Om en trasslig uppväxt för ett mobbat barn till finska invandrare. Om övergrepp. Om hemlöshet när festen tagit slut i Los Angeles. Om att vara olycklig. Om förlorade chanser på grund av ett liv i tungt missbruk och narkotikahandel. Men sedan en helomvändning tack vare att bli gripen på bar gärning av polisen och tack vare tolvstegsprogrammet.

Ali Reunanen sitter i RiksKRIS styrelse som förbundssekreterare. Han var med vid grundandet av organisationen och han har varit verksam

under organisationens hela 26-åriga historia.

Boken skrevs av Ali tillsammans med författaren Maria Andersson, som skrivit ett antal böcker där hon lyft upp diverse samhällsproblem.

Den 5 oktober anordnades boksläppet på IOGT-NTO-gården på Klara Södra kyrkogata i centrala Stockholm. Detta var ett arrangemang som anordnades tillsammans med studieförbundet NBV:s östra region.

Det började med ett mingel för alla inbjudna gäster. Sedan introducerade Ali arrangemanget genom att hälsa alla gäster varmt välkomna. Maria Andersson berättade om sin väg in i projektet och hur det passade hennes engagemang för barn i riskzon.

– Ali är inte unik på något sätt. När du inte får den trygghet och kärlek som du behöver som barn, är det lätt att man självmedicinerar och hamnar snett, sa Maria Andersson i inledningen och fortsatte.

– Bakom det som missbrukare och kriminella drabbas av så finns en



människa och oftast en liten pojke, sa Maria Andersson.

Hon berättade att hon fått ett manus på flera hundra sidor skrivet av Ali skickat till sig, varpå hon med tuff kärlek sa att det vore bättre om hon intervjuade honom. Det blev intervjuer och ännu mer skrivet material från Ali. Det var ett stort och krävande arbete att få ordning på hans historia. Nu

idag står vi här med ett färdigt resultat som vi båda är mycket stolta över.

Så fick Ali ta vid och berättade om de skyddsfaktorer han haft under barndomen: det som gjorde att "det inte gick åt helvete på en gång", bland annat judon. Och Alis judoliv fortsätter med namn som Robban och Ann som var på plats.

– Det höll mig på mattan. Det fanns fina värdegrunder, som jag tyvärr kom att bryta. Men när judon fanns så skötte jag mig, sa Ali.

Den andra livhanken var musiken. När Ali gick i gymnasiet frågade en "hippiekille" honom på vägen till skolan om han kunde skjuta igång hans bil. Ali tackade ja. Detta skedde en andra gång och då presenterade han sig som Janne "Halkan" (Hallqvist). Ali kom att spendera tid i hans musikaffär som i början hade mycket lite att sälja, trots att det stod "allt i musik".

Men butiken var tänkt som en samlingslokal för musikintresserade och många kända musiker hängde där. Butiken blev hans väg in i musikbranschen genom att han fick jobb att bära saker under artisternas turnéer, bland annat med Janne Schaffer som idag är en av de mest kända svenska gitarristerna.

– Vi håller fortfarande kontakt. Han har betytt jättemycket som förebild

och som musiker. Jag fick lära mig de första ackorden på gitarr av honom, sa en märkbart rörd Ali om Janne som var närvarande.

Ali lyfte upp många av dem som betytt mycket för honom, men blev efter ett tag tvungen att skämtsamt stoppa sig från att berätta hela boken. Han skyndade sig till vändpunkten. Det var när åtta poliser, som efter en längre tids spaningsarbete, kom att gripa honom i Liljeholmen efter en misslyckad narkotikaaffär. Därefter blev han häktad och dömd till två års fängelse. Han placerades på anstalten Roxtuna, Där fick han gå den tolvstegsbaserade Minnesotabehandlingen. Denna omvändning kan man säga utgör stommen av Alis berättelse i boken.

– Det var det bästa som hänt mig. Det var första gången jag blev ren, sa Ali.

Här lyfte Ali fram Mikael, en terapeut som satt i publiken.

– Jag läste upp mina tyngsta hemligheter för första gången för honom. Han bad mig "Ta det här. Det är din livshistoria." Det brast för mig. De här hemligheterna höll på att förinta mig invändigt, sa Ali.

Ali lyfte också fram Stefan som tog med honom på tolvstegsmöten på anstalten Roxtuna.

– Det betydde så mycket för mig att han gjorde det för mig utan att ha någon baktanke, utan egen vinning. Han gav av sin tid för att hjälpa mig så att jag kunde gå på ett möte utanför anstalten, sa Ali.

Egen försörjning är en mycket viktig del för att bli återintegrerad i samhället. Ali fick ett förslag av behandlarna på Roxtuna. De tyckte att han skulle gå deras öppenvårdsutbildning i Varberg. Utbildningen fick han gå med stöd från Arbetsförmedlingen, en myndighet som hjälpt många KRIS:are under åren.

Efter utbildningen flyttade Ali tillbaka till Stockholm och funderade på vad han skulle göra. Han slängde ut krokarna till sin gamla bransch. En som nappade var Pelle som ägde Lightland, en firma som arbetade med ljussättning och utrustning för olika arrangemang. Under boksläppet lyfte Ali fram Pelle som även han fanns i publiken.

– Han öppnade dörren och gav mig en chans när jag frågade om jag kunde få ett jobb, utan något snack om min historia. Jag berättade som det var och han tog ändå chansen och skrev på. Det betydde jättemycket att få ett jobb, sa Ali och fortsatte.

– Alla de här delarna, att jag fick stöttning av er som är här, har gjort att jag fått ett nytt liv, avslutade Ali.

Som sagt var det många av pusselbitarna som bildade en helhet i Alis liv närvarande. Hans vänner, kollegor och medmänniskor som någon gång sträckt ut en hand när han som mest behövt det. Givetvis var även personer från KRIS, som han varit med och byggt upp, och andra aktörer från nykterhetsrörelsen närvarande.

Efter introduktionen fick gästerna möjlighet att köpa boken och få den signerad av de två författarna. Kön blev lång. De flesta tog tillfället i akt att få en "kråka" i sin bok. Även en av författarna till den här artikeln.

Till sist kan nämnas att boken kommer att fungera som studiematerial i en studiecirkel inom NBV. En studieplan är klar. Studiecirkeln kommer att handla om att läsa boken och ha samtal kring frågor som tas upp under läsandet. ■



Foto: Elisabeth Hellström

FAMILJEN SOM SAMHÄLLET SVEK

Trots att Bella gjorde allt hon kunde och lite till fick hon inte den hjälp hon behövde när familjen skulle utökas med en bebis. Bella bollades mellan flera mindre bra lösningar för sig och familjen.

Text och foton: Sara Woldu

Många av er känner nog igen den karismatiska Isabella från SVT:s dokumentärserie Aldrig Backa. Hon är också en av kvinnorna som i dag driver KRIS podcast Våldets Ansikten.

Dokumentärserien från 2017 handlade om KRIS-Stockholms mammagrupp där vi fick följa tre nyblivna mammor, Sara, Javi och Bella, som tidigare levit i missbruk och kriminalitet.

Bella började missbruka redan som tolvåring, vilket ledde till ett tjuugoårigt långt liv i missbruk, kriminalitet, hemlöshet, våld och utsatthet.

Mycket har hänt sedan serien visades för sex år sedan. Bella försvann ut i återfall och förlorade kontakten med sin dotter i slutet av 2017. Hon gjorde ett tappert försök att ta sig tillbaka under 2018. Hon återfick relationen med sin dotter och skaffade sig ett arbete, men släppte fortfarande inte taget om alkoholen trots att det var den som hade lett henne tillbaka till andra droger. Det resulterade i att Bella återigen försvann ut i ett kraftigt återfall som pågick under tre år där hon förlorade precis allting, igen. Relationen med sin dotter som hon älskar mest av allt i världen, arbete, självrespekt och de tillfälliga boenden som hon lyckades att lösa allt eftersom. Boenden hos personer som också levde i missbruk och kriminalitet och som Bella ofta var i beroendeställning till. Hon hade

förlorat allt. Vändningen kom när Bella under hösten 2022 hamnade i fängelse. Hon avtjänade då ett kortare fängelsestraff på anstalten Färingsö i Stockholm.

När Bella blev frigiven i november 2022 gjorde hon allting annorlunda mot vad hon gjort tidigare. För första gången i livet bad hon om hjälp.

Jag kommer aldrig glömma när jag fick det där samtalet, samtalet som jag väntat på i flera år och som jag stundtals aldrig trodde skulle komma. Rädslan jag hade var att i stället få ett samtal om att Bella inte fanns kvar i livet var påtaglig.

Bella berättade att hon var drogfri. Hon hade bett om hjälp hos





Emily, Million, Sara, Bella

socialtjänsten och väntade på att få göra en öppenvårdsbehandling. I väntan på boende i Stockholm hade hon direkt efter frigivningen åkt till sin familj i Småland. Hon hade dock ärenden i Stockholm som till exempel besök hos frivården och planeringsmöten med socialtjänsten inför kommande behandling. Frestelserna var många i Stockholm och rädslan över att ta återfall var stor så hon frågade om hon fick sova över på vår soffa när hon var i Stockholm. Ingen var gladare än jag, som saknat min vän under dessa år.

Det var Bellas pojkvän Andreas som övertalade henne att kontakta mig. Han satt vid den här tiden i fängelse och skulle några månader senare placeras på Hattens behandlingshem för vårdvistelse sista delen av strafftiden. Bella och Andreas hade varit ett par i nästan två år och drömde om ett drogfritt liv tillsammans.

Sedan dess har Isabella och Andreas gjort ett gediget arbete med sig själva. De har inte fått samplanering med socialtjänsten utan var och en har egen planering. Bella med Nacka kommun och Andreas med Farsta stadsdelsförvaltning. Jag vet inte om ordet planering är rätt eftersom det inte verkar finnas någon sådan, i alla fall inte när det gäller

boendefrågan...

Vi backar till november 2022. Bella reste i skytteltrafik mellan Småland och Stockholm. Hon gick på alla möten, skötte kontakten med myndigheterna, gick för sin egen skull på tolvstegs-möten och började återfå en relation till sin dotter. Behandlingen skulle börja i januari och hon skulle då få ett stödboende. Behandlingen börjar och Bella flyttar in på ett stödboende i Järfälla. Hon går under den här tiden även en sorgbearbetning på KRIS-Stockholm med träffar två gånger i veckan under fyra veckor

På grund av avståndet till, framför allt Bellas dotter, men även till öppenvård, tolvstegs-möten och andra viktiga sammanhang får Bella flytta till ett stödboende i Beckomberga.

Stödboendet är en egen lägenhet med boendestöd. Bella tilldelas en manlig boendestödjare, vilket kan vara problematiskt när man som kvinna levit i aktivt missbruk under tjugo år i sträck med allt vad det innebär vad gäller trauman och utsatthet.

När Bella bad att få byta till en kvinnlig boendestödjare gick det inte att ordna då hon först tackat ja till en manlig. Det man behöver känna till är att den som har levt i utanförskap länge har svårt att sätta gränser och att över huvud taget veta vad man

har för gränser, behov, rättigheter och skyldigheter. Det borde varit självklart att Bella skulle ha en kvinnlig boendestödjare. Inte nog med att hon tilldelas en manlig boendestödjare, Bellas dotter får inte sova över i lägenheten. Dottern får bara visats där dagtid, vilket gör det svårt för Bella som försöker reparera och återfå en nära relation till henne.

Vid den här tiden får Bella reda på att hon är gravid. Ett glädjande besked för både henne och Andreas, trots att de egentligen hade tänkt vänta med att bilda familj tills allt blivit lite stabilare.

Bella får under våren reda på att hon inte får bo kvar i det nuvarande boendet när bebisen kommer. Det spelar ingen roll anser hon eftersom boendet ändå inte kan tillgodose hennes hjälpbehov.

Bella försöker under våren få socialtjänsten att hitta ett annat stödboende till henne. Ett stödboende där hon kan få ha sin dotter boende hos sig, men socialtjänsten avslag hennes begäran och menade att hon får bo kvar fram till att bebisen föds.

Samtidigt har Andreas slutfört sin vårdvistelse på behandlingshemmet Hatten, men hans socialtjänst har inte återkopplat. Tack vare att Andreas känner ägaren till behandlingshemmet fick han stanna kvar efter frigivningen. Socialtjänsten förlängde sedan placeringen på Hatten i efterhand. De fortsatte att förlänga månad efter månad utan att erbjuda Andreas något boende trots att han redan slutfört sin behandling. Han hade bara sitt rum där.

Paret gör allt de ska och mer därtill under våren och sommaren. När hösten kommer börjar de bli oroliga för vad som komma skall. Förlossningen är beräknad till den 31 oktober och än finns ingen planering och inget förslag på boende.

Andreas blir efter om och men erbjuden att bo på Magnus Ladulås gatan, SHIS "hotellhem", där det bland annat bor aktiva narkomaner. Det är inte ett lämpligt boende för en person som gjort en livsförändring, genomgått behandling och som inom kort ska bli pappa. Det är dessutom en otrygg miljö för en bebis.

Andreas ringer och skriver utan framsteg till varenda chef i Stockholms stad.

Bella bor mestadels tillsammans med Andreas på Hatten eftersom det inte fungerar på stödboendet i Beckomberga. Självklart vill paret även vara tillsammans då magen och bebisen växer och de snart kommer att vara en liten familj. Bella ansöker om en träningslägenhet i Nacka kommun, men får avslag med motiveringen att träningslägenheter är svårt att få och att de endast ges till särskilda fall. Vad är då ett särskilt fall om inte detta, en höggravid kvinna som har levt i missbruk, kriminalitet, hemlöshet och våld i tjugo år? Hon har skulder, ett belastningsregister och saknar inkomst vilket gör att det är omöjligt att få en lägenhet utan hjälp från myndigheterna.

Det är nu inte lång tid kvar till nedkomsten är beräknad och Bella har ingen aning om vart hon ska ta vägen. Tiden före förlossningen vill som regel en blivande mamma förbereda; bädda spjålsängen och göra sitt hem redo för den nya familjemedlemmen, något som var praktiskt taget omöjligt för Bella.

Trots att vi tillsammans skickade skriftliga yrkanden och överklagade beslut fick Bella inte den hjälp hon behövde. Om samhället satsar på och investerar i en behandling för en kvinna som aldrig tidigare bitt om hjälp eller tagit emot hjälp varför ser man då inte till att hjälpa henne hela vägen?

Jag följde med Bella på ett möte med hennes handläggare och frågade då vad som kommer hända med Bella om hon föder tidigare och de inte hunnit ordna ett boende. Vi fick till svar att hon efter förlossningen kommer till ett utredningshem för att utredas vilken insats hon behöver och vart hon ska ta vägen. Varför inte utreda det före, kan jag fråga mig?

Cirka två månader före beräknad förlossning fick hon en lista från socialtjänsten med telefonnummer till vandrarhem som hon kunde ringa. Det var det enda de kunde erbjuda henne.

Bella hittade till slut ett boende på egen hand som socialtjänsten gick med på att betala, en månad åt gången. Det var hos en hotellkedja som hyr ut rum per månad. En ologisk lösning med tanke på kostnaden som socialtjänsten får stå för. De hade sparat mycket pengar om de i stället

erbjudit Bella en träningslägenhet.

Bella hann precis flytta in i "lägenheten" och några dagar senare födde hon sin son tre veckor tidigare än beräknat. Jag är glad att hon hann förbereda spjålsängen, montera vagnen och "boa in sig" som de flesta mammor vill.

I dag är Bastian dygt fyra veckor gammal. Han är överöst med kärlek från lyckliga föräldrar, trots att boendesituationen ännu inte löst sig. Bella har precis fått reda på att hon inte får bo kvar i det nuvarande boendet på grund av den höga kostnaden. I stället har hon blivit erbjuden att bo i ett kollektiv med gemensamt kök. Det är alltså vad Nacka kommun har att erbjuda en nyförlöst tvåbarnsmamma som har varit drogfri i ett år och tre månader och som gjort ett fantastiskt arbete med sig själv – ett kollektiv med gemensamt kök. Tror ni att hon vill eller ens kan ta dit sin dotter som också är traumatiserad på grund av övergivenhet med mera. Hur trygg skulle det vara för en åttaåring? Ytterligare en överklagan är inskickad till Nacka kommun.

Familjeenheten har dock nyligen kontaktat Bella och uttryckt att hon inte ska behöva flytta runt mer så nu vilar allt hopp hos dem. Om de kan lyckas hjälpa Bella återstår att se. En samplanering mellan Nacka kommun

och Farsta stadsdelsförvaltning hade jag velat se. De är trots allt en familj det handlar om, inte enskilda individer.

Andreas bor så mycket som möjligt med Bella och deras nyfödde son, men har fortfarande placering från Farsta stadsdelsförvaltning på Hatten. Det verkar dock som om han äntligen kommer att få ett boende via Flexbo Resurs & Individstöd som erbjuder stödboende i lägenheter.

Om Bella och Bastian får flytta in med honom är oklart. Det är för mig en gåta att man inte har en samplanering mellan kommunerna när det gäller en familj och en nyfödd bebis.

Hur kan det vara sådan skillnad på hjälpinsatser beroende på vilken kommun och stadsdelsförvaltning man tillhör? Vissa personer blir erbjudna träningsboenden och försöksboenden, inte bara en gång utan flera gånger. De flesta jag känner och kommer i kontakt med som har levt i missbruk och kriminalitet blir erbjudna den insatsen, vilket jag tycker ska vara en självklarhet. Satsar vi på människor måste vi väl satsa på dem hela vägen.

Jag beundrar Bella och Andreas som tålmodigt fortsatt att kämpa trots allt motstånd på vägen. Avslutningsvis vill jag och KRIS gratulera till Bastian och hoppas att myndigheterna hjälper dem. ■



Emily, Bella, Bastian, Sara

DET HÄR BLIR DU BEROENDE AV

I en tidigare artikel gav Unga KRIS information kring några frågor som de får från sina ungdomar gällande droger. Då handlade det om tobak, alkohol, cannabis och dessa drogers skadliga effekter. Nu tar vi oss an bland annat opioder, kokain, ecstasy och designerdroger och varför det är en fråga om liv och död.

Text : Matthias Mattsson

Fjortonåriga Molly från Falun hade varit ute med kompisar kvällen innan. Storasystemen hade följt med Molly hem. Molly hade berättat att hon druckit alkohol och tagit det narkotikaklassade läkemedlet Tramadol.

För familjen verkade allt normalt på morgonen. De trodde att hon bara sov ovanligt länge. Men Molly vaknade inte. En av Mollys systrar försökte återuppliva henne, medan den andra system ringde Mollys föräldrar i panik. När föräldrar kom till sjukhuset såg de ambulanser och poliser. Molly hade dött av en misstänkt överdos, rapporterade Falukuriren.



Molly

Mollys föräldrar berättade för Aftonbladet att hon var en tjej som älskade sina kompisar och var "sugen på livet." Skolarbetet hade blivit svårt för henne på senare tid, men hon hade storslagna drömmar om framtiden.

Mollys död berörde hela Falun och blev en stor nyhet i Sverige. Mollys föräldrar, Johan och Malin, kom i samband detta att uppmärksamma om riskerna med narkotika.

– Molly får inte ha dött förgäves. Om vi kan förhindra att någon testas här grejerna så vill vi göra det, sa Mollys föräldrar till Aftonbladet.

När man skriver artiklar kan man börja med en sån här scen ur verkligheten. Förhoppningsvis har det "fångat läsarens intresse" för artikeln. Fakta kan komma långt senare. Men det här är viktigt så vi tar faktan nu! Det som hände Molly är en akut fråga om liv och död.

Blanda aldrig alkohol med läkemedel du inte känner till. I synnerhet inte narkotikaklassade läkemedel som används som droger, såsom opioder som Tramadol: se nedan. Detta kan orsaka en överdos.

En överdos är en förgiftning. Opioder har en andningsdämpande

funktion som ihop med förgiftningen kan leda till att andningen stannar av. Därför är det viktigt att du så fort som möjligt ringer 112 när du ser tecken på en överdos. En överdos på opioder kan stoppas genom motgiftet naloxon.

Tecken på en överdos på opioder:

- Man är medvetslös och okontaktbar,
- har långsam andning eller har slutat andas helt och hållet,
- hr små pupiler samt blå eller lila läppar och naglar.

Med detta sagt tar vi ett litet steg tillbaka. I Vägen ut #2-2023 skrev vi om olika droger och kallade det "något skadligt man kan bli beroende av." Vi delade upp drogerna i lagliga och olagliga droger (narkotika).

De lagliga vi skrev om var tobak och alkohol, samt den milda drogen koffein, som man hittar i kaffe, te och energidrycker. Vi tog även upp cannabis som är den vanligaste narkotikan i Sverige. Folkhälsomyndigheten gör varje år undersökningar om högstadie- och gymnasielevens användning av narkotika. Cannabis är överlägset störst i ungdomars narkotikanvändning. Men det förekommer också andra droger som vi kommer ta upp här.

Opiater och opioder

Opiater är ett samlingsnamn för flera olika slags droger. Ursprunget är opium som utvinns ur opiumvallmons torkade mjölksaft. Det är förmodligen den äldsta drogen människor använt. För femtusén år sen i Irak nämns den skriftligt första gången och kallas "glädjens planta."

Opiater kan bland annat stilla smärta och dämpa andning. Därför används de inom vården. De kan vara naturliga eller framtagna på kemisk väg (opioder). Morfin är ett naturligt opiat och används inom vården mot svåra smärtor, men kan även den bli beroendeframkallande. Heroin framställdes kemiskt på 1800-talet som ett läkemedel mot morfinberoende, men det framgick snabbt att heroin i sig var starkt beroendeframkallande.

Metadon och subutex används i behandling mot opiodberoende för att lindra abstinensbesvär och minska sug. Men eftersom metadon och subutex i sig är opioder missbrukas de illegalt.

Opioder kan ätas, "snortas" det vill säga att intas via näsan, rökas eller injiceras. De är mycket beroendeframkallande. Ju snabbare och intensivare rus, desto större risk för beroende. Heroin är därför mycket beroendeframkallande.

Opioder är mycket giftiga droger. De flesta som dör av narkotika i Sverige gör det på opioder. Det handlar oftast om överdoser som kan leda till att andningen stannar av, syrebrist och hjärnskador. Det sker oftast vid återfall eller att man blandat opioder eller andra droger samtidigt, såsom "benso" (bensodiazepiner) eller som med Molly – alkohol.

Kokain

Kokain är en drog som tillhör det som kallas centralstimulantia. Som man hör på namnet verkar dessa droger stimulerande på det centrala nervsystemet (som består av hjärnan och ryggmärgen och som till exempel gör att vi känner värme, kyla eller beröring). Drogerna innefattar allt från kokain, amfetamin till tobak och koffein. Gemensamma effekter är att de är uppiggande och minskar trötthet.

Kokain utvinns ur kokabusken, som finns i Sydamerika och vars blad har tuggats av Sydamerikas urfolk i tusentals år. Idag varierar inställningen hos urfolken, men många ser användandet som ett hot mot befolkningens hälsa.

Kokain kan i utvunnen form "snortas", eller förångas och inhaleras för att rökas, vilket är det som kallas crack.

Effekten av kokain kommer snabbt och klingar av snabbt, men har man utvecklat ett beroende brukar man ta det under perioder av dagar där man varken sover eller äter. Intensivt bruk kan resultera i akuta skador. Både brukare av kokain och amfetamin kan uppleva psykoser och hallucinationer. En del upplever att det kliar som om de har småkryp under huden, vilket kallas "cocaine bugs".

Amfetamin

Amfetamin framställs på kemisk väg, vilket gjordes första gången på 1800-talet. Men det fick först stor spridning i början av 1900-talet för att användas som medicin, bland annat som bantningspiller. Användningen bland den svenska befolkningen var till en början stor, men kom att minska

när amfetamin narkotikaklassades. En illegal marknad etablerades och amfetamin började användas som drog.

Amfetamin kan ätas, snortas eller injiceras (tas med spruta). Amfetaminmissbrukare kan uppleva psykoser och hallucinationer. Det är vanligt att man till slut får förföljelsemani, att man är misstänksam mot allt och alla. Eftersom narkotikamissbrukare verkar inom kriminella kretsar talar man om "snutnoja." Ett annat fenomen man talar om i missbrukarkretsar är att "skuggfolket" hälsar på.

För tung centralstimulantia såsom kokain och amfetamin kan den ökade pulsen och blodtrycket leda till förhöjd kärilkramp och hjärtattack. För amfetamin- och kokainmissbrukare kan en längre användning resultera i att man gör samma rörelser om och om igen, något som beror på skador i dopaminsystemet. Det är en av hjärnans så kallade signalsubstanser som bland annat fyller en funktion för minne, uppmärksamhet och koncentration. Fenomenet kallas "pundning" och innebär bland annat upprepade stereotypa beteenden som tvångsmässigt plockande.

Ecstasy (MDMA)

Ecstasy, eller MDMA, togs fram på kemisk väg 1912, men föll i glömska. Det återupptäcktes under 1960-talet då det till en början var lagligt som rusmedel. Med det tiden blev den dock populär som "partydrog" och kom att förbjudas.

Ecstasy är bildat ur amfetamin och har liknande effekter som centralstimulantia som kokain, men också som psykedeliska droger. >>>



Foto: Oskanov/iStock

Många upplever att ecstasy ger ökad energi och upprymdhet, men det förekommer flera negativa effekter: hallucinationer, oro och rädsla, rastlöshet och psykotiska symptom.

Akuta skador är ovanliga, men man kan uppleva uttorkning. Under 1990-talet skedde flera dödsfall på grund av uttorkning i samband med rejv. Uttorkning kan stoppas med pauser för att dricka vatten, men att dricka för mycket vatten är också farligt och kan leda till saltbrist, vilket i sig kan vara livshotande.

Benso (bensodiazepiner)

Bensodiazepiner, i missbrukarkretsar ofta förkortat "benso", är en grupp läkemedel som används vid sömnsvårigheter, som ångestdämpande och för att dämpa muskelkramper. De kan dock också dämpa andning och puls. Tar man dem såsom läkaren förskriver är biverkningarna små, men vid höga doser kan det förekomma minnesstörningar, sänkt uppmärksamhet, försämrad balans och motorik.

I missbrukarkretsar kan benso kallas "torrsprit" vilket beror på att det kan ge alkoholliknande effekter. Att svälja benso som tabletter är det vanliga, men tabletterna kan krossas och rökas eller injiceras.

Benso används ofta i blandmissbruk för att förstärka effekten av andra droger eller minska abstinens av alkohol och opioder. Det är då risken för beroende är stor, men också vid de benso-preparat som skapar snabbare och intensivare rus.

När benso skapat en hög tolerans kan de ge svår abstinens. I svåra fall epileptiska anfall och livshotande delirium med hallucinationer. I mycket höga doser går benso att överdosera, men det är som sagt i kombination med andra droger det är dödligt på samma sätt som en heroinöverdos.

Designerdroger eller legal highs – Spice

Narkotika är som bekant olagligt. Designerdroger är olika sorters droger som tagits fram just med avsikt att undvika lagarna kring det som staten klassat som narkotika. Därför kallas det "legal highs." Detta kan göras bland annat genom att använda kemiska föreningar som tagits fram i läkemedelsindustrin. Effekterna och skadorna är olika då det handlar om

olika syntetiska varianter på andra droger. Alltifrån amfetaminliknande droger till droger som ger samma effekt som psykedeliska droger, se nedan.

Det vanligaste är dock kemiskt framtagna cannabinoider, alltså droger som efterliknar effekten av cannabis. De brukar kallas "spice", säljs som färdig rökmix eller pulver och används som annan cannabis: genom att rökas. Det är svårt att avgöra hur stark en rökmix är. Ibland uppstår psykosliknande effekter, att man får en annan uppfattning av verkligheten bara efter några bloss.

Designerdroger narkotikaklassas med tiden, men problemet är att de då ersätts av nya varianter som på pappret är "lagliga". För att ta höjd för detta finns en lag mot hälsofarliga varor och 2011 fick tullen rätt att förstöra varor som klassats som hälsofarliga eller som kan antas bli klasade som hälsofarliga.

Psykedeliska droger – ska det vara lagligt?

Psykedeliska droger ingår i en grupp droger som kallas hallucinogener. Det är droger som kan orsaka ett förändrat medvetandetillstånd och hallucinationer, upplevelser som inte är verkliga.

Psykedeliska droger finns naturligt bland annat i ämnet psilocybin som man hittar i psykedeliska svampar och meskalin som man hittar i peyote-kaktusen. Detta har använts i tusentals år, bland annat i religiösa ritualer. LSD är en psykedelisk drog som 1938 togs fram på kemisk väg.

Ett rus på psykedeliska droger kallas tripp och kan förstärka känslolntryck, ge hallucinationer och psykotiska upplevelser, vilket användaren inte sällan eftersträvar.

Psykedeliska droger är vanskliga eftersom trippen avgörs av hur man mår och den miljö man befinner sig i. Mår man dåligt och känner sig otrygg kan det skapa negativa och skrämmande upplevelser. Panikkänslor, ångest och paranoia kan förekomma.

Näst efter cannabis kan man säga att psykedeliska droger är den typ av drog som är mest debatterad i frågan om legalisering av narkotika. Det vanskliga kring psykedeliska droger är dock att forskningen är bristfällig kring dess skadeeffekter.

Vad man dock vet är att LSD kan ge så kallade "återtripp", flashbacks, då upplevelser från trippen kommer även när drogen lämnat kroppen. Det varar oftast inte så länge, men vid tungt missbruk kan det resultera i posthallucinatorisk perceptionsstörning (HPPD), där hallucinationer kan förekomma i månader eller år. Detta är ett mycket ovanligt tillstånd där det än så länge inte finns någon effektiv behandling.

Psykos

Vi har i denna artikel på många ställen nämnt psykosliknande tillstånd. En psykos innebär att man får en annan upplevelse av verkligheten. Man kan till exempel höra röster eller känna sig förföljd. Detta kan komma plötsligt, hålla i sig i några veckor och i värsta fall flera år. Den som lever med psykisk ohälsa har lättare att få psykos. Långa psykos är ovanliga, men kontakta din vårdcentral om du tror att du upplever en psykos. Är det akut ring 112.

Jag känner någon som har problem med droger

Alkohol- och narkotikaproblem påverkar även den som inte har problemen själv. Det är svårt att bo med någon som har problem med droger. Det är inte ditt fel att vuxna betar sig illa.

Om det är bråttom och någon gör dig illa eller hotar dig: ring 112.

Du ska inte ta på dig allt själv. Du har rätt att känna dig trygg hemma och ska få hjälp att förändra det. Tala med en vuxen du litar på. Du kan också tala med din ungdomsmottagning eller socialtjänsten.

Bra hemsidor:

Umo.se
1177.se
aa.se
www.nasverige.org
ca-sweden.se
www.slutarokalinjen.se

Källor:

Socialstyrelsen,
Folkhälsomyndigheten,
1177.se,
FASS
Alkohol- och narkotikaproblem (Johnson B., Richert T. & Svensson B, 2017).

ATRIA

Good food – better mood.



livsmedels
HANDLARNNA



HJÄLP TILL SJÄLVHJÄLP
ANNO 1910
SKYDDSVÄRNET

ICA Supermarket
Skogås



God Jul
önskar
vi våra
annonsörer!



VI STÖDER KRIS DROG- OCH BROTTSFÖREBYGGANDE ARBETE I SAMHÄLLET



Välkommen till Halv vägshus Norr
som ligger beläget strax utanför
Umeås stadskärna

Ulrika Linder, Platschef
E-post: ulrika.linder@patia.se
Telefon: 072-185 01 25

David Oja, Verksamhetschef
E-post: david.oja@patia.se
Telefon: 070-370 51 01

Kontaktperson & Jobbcoach

- I Halv vägshus Norr får du egen kontaktperson som stöttar dig under placeringstiden.
- Vi har tillgång till jobbcoach varje vardag efter sysselsättning för att stötta med CV-skrivning, jobbsökande och planering av sysselsättning efter tiden på Halv vägshus Norr.

Gymkort

Halv vägshus Norr samarbetar med Tenton gym och kan erbjuda gymkort!

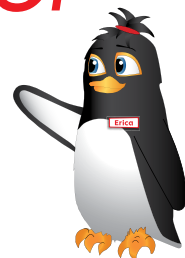
Nyrenoverat & WIFI

Lokalerna är nyrenoverade och du får eget rum med generös yta samt egen tv med flera kanaler och fiberuppkoppling via WI-FI.



Vår förhoppning är att du ska trivas hos oss och få en fin övergång med goda förutsättningar att ta nästa kliv vidare i livet.

ICA Supermarket
Skogås



VI STÖDER KRIS DROG- OCH BROTTSFÖREBYGGANDE ARBETE I SAMHÄLLET



COMFORTZONE

VÄRMEPUMPAR *Proudly made in Sweden*



GRIPEN INDUSTRI & INVEST AB

BOX 49 641 21 KATRINEHOLM

aros vaccin



VI STÖDER KRIS DROG- OCH BROTTSFÖREBYGGANDE ARBETE I SAMHÄLLET

MEDITEK

Svenska kyrkan 
BOLLNÄS PASTORAT

 **ESLÖVS
KOMMUN**




D O S T J Ä R N A N


FASTIGHETSÄGARNA

BUFAB


Gällivare
kommun

Sparbanken
Skåne



 **ColliCare**
Logistics

 **HALLSBERGS
KOMMUN**

CONAPTO

HALLSTAVIK 
NORRA LIPPSALAVÄGEN 55 TEL 0175- 20038 WWW.WOODY.SE

STIL

Personlig assistans och politisk påverkan

H&BK
HAMMARBY BYGG & KONSULT AB

ADVOKATFIRMAN
HARTWIG



Ingmarsö Sjöfjänst
Ingmarsö Sjöfjänst

GEOGRUND

Björkvall & Son AB

EK LINDER & TESCH
ADVOKATBYRÅ

 **InstrumentCenter**
- part of Tiquiti Group AB

STÖD VÅR VERKSAMHET! RING VÅR ANNONSAVDELNING 0587-17 00 00

Svenska kyrkan 
KATARINA FÖRSAMLING

Oppunda
VVS-SERVICE AB
KATRINEHOLM TEL. 0150-555 30

Sundström 

LILLA DELINS
Distrikets

ICA
ÅKEREDSHALLEN
BILTRUCK FÖR BIL OCH SVAR 1200-001

 **Korpberget**
Behandlingscenter



ÖDINS
GOTLAND
GARVERI

 **Kristianstads kommun**

PLIVITRADE

Hem & Hyra


BOWLING HALLEN
KÖK & BAR
Östersund



RAMmakaren
RAMmakaren Sällservice AB
0708-562345
kontakt@rammakaren.se • www.rammakaren.se


TIMRÅ KOMMUN

AB Hörby Mekaniska

Hörby

livsmedels
HANDLARNAN

SCREEN BOLAGET!
Det kompletta profileringsföretaget

Torvalla Bil

Adentia AB

Tyresö

MAGO
SCANDINAVIA AB


SKOLBERGA HVB
Det trygga rådet har ett
utförelseföretag

tyresö kommun 

Andako AB

Luleå



Sparbanken Nord 

UNITED STAGE

B.A.T. Cofra AB

Vallentuna

 **MUNKFORS RANSÄTER**
Munkfors Kommun


Stockholms Handelskammare


VARNÄS

Bejstam Juridik AB

Umeå

VI STÖDER KRIS DROG- OCH BROTTSFÖREBYGGANDE ARBETE I SAMHÄLLET

Carl Bennet AB Göteborg	Hellasgården Skarpnäck	Lindecrantz Consulting AB Tystberga	Presto Brandsäkerhet AB Stockholm
Creacon HK AB Halmstad	ID Industrigolv AB Åhus	Mattsson & Son AB Östersund	Ratio Pac AB Borgholm
E & F Ekonomikonsult HB Avesta	IRIS Hadar AB Stockholm	Miljötrans i Sverige AB Gustavsberg	Röjskog Närke AB Askersund
Erberths Tårtbit Västerås	Julita Åkeri AB Julita	MT Technology Partner Uppsala	Skillingaryds Begravningsbyrå AB Skillingaryd
Fastpartner AB Stockholm	Kalix kommun Kalix	Nora Finmekaniska AB Nora	Smartinfo Sweden AB Bromma
Finspångs Församling Finspång	Kalvö Consulting AB Mariestad	Norrlands Trä Aktiebolag Härnösand	Sotning & Ventilation i Karlstad AB Karlstad
Foodco Global Machinery Kristianstad AB Kristianstad	Katrineholms Stormarknad AB Katrineholm	Ottosson Färgmakeri AB Genarp	Sundsvalls församling Sundsvall
Frösunda Stockholm	Klippans kommun Klippan	Perstorps Kommun Perstorp	Tegneby Åkeri AB Linköping

VÅRA KRISFÖRENINGAR

BORÅS

Träningslägenheter och boendestöd

Högagårdsgatan 20
507 53 Borås
Telefon: 073-314 48 51
E-post: boras@kris.a.se

GÄVLE

Kålhagsgatan 4B
Ingång Övre Åkaregatan
802 53 Gävle
Telefon: 026-65 29 18
E-post: gavle@kris.a.se

Unga KRIS

Telefon: 070-642 11 21
E-post: gavle026@gmail.com

GÖTEBORG

Gruppboende och boende med bostöd (träningsslägenhet)

Varholmsgatan 2D
414 74 Göteborg
Telefon: 076-288 48 92
E-post: goteborg@kris.a.se

NORRKÖPING

c/o Coompanion Östergötland
Box 6178
600 06 Norrköping
Telefon: 070-283 40 51
E-post: norrkoping@kris.a.se

STOCKHOLM

Drakenbergsgatan 16
117 41 Stockholm
Telefon: 08-327 100
E-post: stockholm@kris.a.se

STRÄNGNÄS

Unga KRIS

Nicandergatan 12
645 31 Strängnäs
Telefon: 073-722 46 79
E-post:
jan.ukkolin@ungakris.se

SUNDSVALL

Mansboende och kvinnoboende (stödboenden)

Västravägen 9
852 34 Sundsvall
Telefon: 060-15 12 11
E-post: sundsvall@kris.a.se

SÖDERTÄLJE

KRIS och Unga KRIS

Övre Torekällgatan 29
151 33 Södertälje
Telefon: 070-765 92 83
E-post: sodertalje@kris.a.se

UMEÅ

Slöjdgatan 8
903 25 Umeå
Telefon: 073-831 62 11
E-post: umea@kris.a.se

VÄRNAMO

Jönköpingsvägen 107A
331 34 Värnamo
Telefon: 0763-45 24 81
E-post: varnamo@kris.a.se

VÄSTERÅS

Unga KRIS

Slottsgatan 6
722 11 Västerås
Telefon: 073-069 06 16
073-899 12 11
E-post: vasteras@ungakris.se

Posttidning B

Returadress:
KRIS Riksförbund
Gröndalsvägen 194
117 69 Stockholm

VÅLDETS ANSIKTEN

PODCAST

FINNS DÄR ANDRA
PODDAR FINNS

www.valdetsansikten.se

