

På gång under hösten

Prova på hajk 9-10 september

NSF bjuder in till hajk. Läs mer på <http://ostergotland.iogt.se/hajk>

Kurskurshelg 9-10 september

Kurshelg för dig som verkligen vill lära dig mer och träffa likasinnade. Välj mellan Tollare och Wendelsberg.

Höstupptakt 16 september

Läs mer på sidan 2 i Bladhögen.

Kamratstödssamling 23 september

Inspiration och erfarenhetsutbyte för alla som jobbar med kamratstöd.

Megakurs 14 oktober i Norrköping.

Årets största kursdag i Östergötland! Smörgåsbord med många olika linjer.

Verksamhetsforum 10-12 november

Kurs för att utveckla verksamheten.

Medlemsskolning, föreningsutbildning

Under hösten drar vi igång nya utbildningar för styrelsefunktionärer samt grundläggande medlemsskolning för nya medlemmar. Vi vill gärna få hjälp av frivilliga som har varit med ett tag.

Kalendarium juni-okt 2017

Juni-Juli

23 juni Midsommar på Lilla Lövhälla
27 juni – 2 juli IOGT-NTO- rörelsens kongresser, Karlstad

Augusti

Medverkan vid sommaraktiviteter
3-5 Sober Bar på Skogsröjet
25-26 Sober Bar på Stadsfesten
30 Internationell inspirationsträff

September

9-10 Prova-på-hajk med NSF
9-10 Kurskurshelg
16 Höstupptakt
23 Kamratstödssamling

Oktober

Insamling Världens barn
14 Megakurs

Läs mer om kommande aktiviteter på distriktets hemsida och Facebooksida.

Vill du delta? Saknar transport?

Låt oss lösa det tillsammans!

Vill ni informera Östergötland om era arrangemang eller tipsa om annat? Skicka med tips, nyheter och artiklar eller till nästa Bladhögen senast 6 augusti 2017 så publicerar vi i nästa nummer: Maila till ostergotland@iogt.se



Sommarens alkoholfria drycker

Under sommaren vill många svalka sig med en kall, god dryck. Lyckligtvis har butikernas och Systembolagets utbud av alkoholfritt ökat under de senaste åren, och idag finns det många olika drycker med "vuxensmak" att välja på.

Förutom att ta del av butikernas alkoholfria vin, öl, cider, äppelmust kan det vara trevligt att blanda sin egen drink. *Almedalsdrinken* har kommit att bli en alkoholfri klassiker, och nu har 2017 års *Almedalsdrink* precis lanserats:

1 cl outspädd svartvinbärssaft, 6 cl tranbärsjuice, 1 msk blåbär, is, 5 cl mineralvatten, 5 cl tonic water och 1 limeskiva. Läs mer på

<http://www.almedalsdrinken.se/>.



Almedalsdrinken 2017 utgör bara ett av flera aktuella drinkrecept. Andra alkoholfria recept att inspireras av finns bland annat i den nyutkomna boken *One fancy place: Och sjutton cocktails – utan alkohol*. Här hittar vi bland annat receptet på drinken *Barber away*:

3 cl färsk vattenmelon, 3 cl färskpressad limejuice, 2 cl hemgjord rabarbersyrup, ½ passionsfrukt, kolsyrat vatten och krossad is.

Under sommaren ökar alkoholkonsumtionen i Sverige. Genom att välja, presentera eller bjuda på alkoholfria drycker utmanar vi alkoholnormen. Vill du göra något extra för att utmana alkoholnormen i sommar? Då kan du exempelvis vara med och servera alkoholfria drinkar i vår *Sober Bar* och prata med människor om varför du väljer alkoholfritt.

Vi önskar en riktigt trevlig sommar!



Nytt material för värvning



Nu har distriktet nytt material för att underlätta värvning och profilering av IOGT-NTO. Nytt är bl.a. värvningströjor, "boll i rör", nödladdare att dela ut till dem som blir medlemmar på plats, papperspåse och alkoholfri drinklista. För er som vill värva under sommaren finns detta och mycket annat material att hämta/låna på vår distriktsexpedition, Snickareg. 2A i Linköping.

Höstupptakt 16 september

16 september kl. 09.30-16 är det dags för årets höstupptakt. Vi träffas på den gröna och sköna oasen Naturcentrum i Trädgårdsföreningen i Linköping för information om vad som bestämdes på sommarens kongress, framtidsplaner för Östergötland samt aktuellt under hösten.

Vi kommer att ägna särskild tid åt hur vi kan utveckla lokal verksamhet samt erbjuda medlemmar engagemang.

Alla medlemmar är välkomna och varje förening bör vara representerad. Anmälan senast 12 september till ostergotland@iogt.se. Distriktet bjuder på fika och lunch.

Hoppas vi ses för en bra höststart!



Naturcentrum— en fridfull oas



<http://ostergotland.iogt.se>
Gilla IOGT-NTO rörelsen i Östergötland på Facebook



Folkknykterhetens vecka

Årets Folkknykterhetens vecka innehöll flera små och stora aktiviteter i Östergötland. Drogkampen genomfördes mellan politiska partier både i Söderköping och Linköping. Sober Cup spelades i Linköping med åtta olika lag och många åskådare. Profilering av alkoholfritt har gjorts på flera ställen, liksom kampanj mot alkoholreklamen. Artikel var införd i Linköpingsposten och i övriga tidningar hade vi pluggannonser "Påverkas du av alkoholnormen?"

**Påverkas du
av alkoholnormen?**



Tack alla som har bidragit på olika sätt till årets kampanjer. Vi fortsätter kampanjarbetet mot alkoholreklamen och för alkoholfria drycker! Läs mer om Folkknykterhetens vecka på <http://ostergotland.iogt.se>.



<http://ostergotland.iogt.se>
Gilla IOGT-NTO rörelsen i Östergötland på Facebook



Sober bar

I sommar upprepar vi förra årets succé med Sober Bar för att utmana alkoholnormen och profilera alkoholfria drycker. Vi serverar ett brett utbud av alkoholfritt i form av öl, vin, cider, bål, drinkar och andra goda drycker.

Redan inför midsommar är Sober Bar uppställd på Stora Coop Viberga i Finsspång. Därefter är Sober Bar bl.a. med på rockfestivalen Skogsröjet i Rejmyre 3-5 augusti och på Stadsfesten i Linköping 25-26 augusti.

Vi behöver många frivilliga som vill vara med och bemanna Sober bar på dessa och kanske andra platser. Kontakta Per-Åke Andersson, tel. 070-8505915, per.ake.andersson@iogt.se

