

ALKOHOLPOLICY FÖR MUNSKÄNKARNA

antagen av riksstyrelsen 2020-03-28.

1. Bakgrund

Munskänkarna är en ideell förening, vars kärna är passionen för lärande om vin, att vidga kännedom och kunskap om vin och dess del av måltidskulturen med sambanden vin och mat samt vin och hälsa.

Vi verkar för måttfulla och goda dryckesseder, där ansvarstagande och kvalitet är helt överordnat kvantitet.

2. Grundvärde

Föreningen Munskänkarna ska vara fri från riskbruk och missbruk av alkohol samt motverka uppkomsten av alkoholberoende.

3. Ansvar

Ansvar för att denna policy efterföljs och att dess innehåll når alla i vår verksamhet ligger hos styrelsen för riksorganisationen samt för varje region och sektion. Varje medlem har att iaktta informationen och medverka till spridningen av och medvetenheten om budskapet. Policyn ska aktiveras årligen på alla våra tre nivåer. Samma regler gäller för alla inom organisationen.

4. Syfte

Policyn syftar till att förebygga alkoholmissbruk, att skapa en god miljö för medlemmar och funktionärer och att man vidtar hjälpåtgärder vid riskbeteende, så att ingen ska fara illa.

5. Riktlinjer med övergripande förhållningssätt

- Medlem ska vid föreningens/sektionens arrangemang avstå från annan alkoholförtäring än den som ingår i själva vinprovningssupplägget (inklusive måltidsdryck) respektive kursmomentet.
- Medlem får inte medföra egna alkoholdrycker på Munskänkarnas arrangemang, andra än de som är avsedda för själva arrangemanget.
- Provningar och utbildningar ska genomföras på sådant sätt att de inte leder till notabel berusning genom att lämpliga vinmängder (3-6 cl i glasen) provas och att ”spottkopp” finns tillgänglig.
- Medlem ska reagera om man upptäcker att någon deltagare visar tecken på alkoholmissbruk och uppmärksamma den drabbade, dennes vän/anhörig eller ansvarig funktionär/ledare på detta. En bra formulering (i jag-form) till aktuell person är: ”Jag är oroad av att du/hen verkar dricka för mycket”, alltså med signalen att jag bryr mig om hen. Vid behov av vidare åtgärder (t.ex. vid upprepning) ska samråd ske med utsatt person, ev. stödpersoner och aktuell styrelse.
- Varningstecken på alkoholberoende är (enligt diagnosklassifikationen ICD-10 från WHO, där minst 3 av de 6 kriterierna då skall vara uppfyllda): 1) Sug efter alkohol, 2) kontrollförlust (= vanligast), 3) fortsatt drickande trots negativa effekter, 4) prioritering av alkoholkonsumtion före andra aktiviteter, 5) ökad tolerans och 6) abstinens. Vanliga signaler är berusning, alkohollukt, black-out, retlighet, impulsivitet, förnekelse och att känna sig missförstådd.

- Riskkonsumtionsnivå enligt nya, mycket omfattande internationella forskningsresultat är maximalt 8 standardglas (12 g i Sverige = 12-15 cl) vin per vecka (2018), medan hittills i Sverige angivna riktlinjer varit maximalt 9 glas för kvinnor och 14 glas för män för riskbruk, liksom 3 respektive 4 glas vid ett och samma tillfälle, s.k. intensivkonsumtion. Dock föreligger en stor variation mellan individers känslighet för alkoholmängder, t.ex. även åldersberoende.
- Viktigt att våga ta det nödvändiga samtalet tidigt: Reagera – det är alltid farligt när de goda krafterna tiger still. Att ta initiativ till samtal kan vara avgörande.
- Goda motiv för att intervensera och ”konfrontera” drabbad person är också rönen från aktuell forskning att många blir hjälpta av enkla och även rätt kortvariga insatser, särskilt om upprepade. På så sätt är åtkomligheten via riskminskande åtgärder tacksamt nog förvånansvärt god, där flertalet kommer ut ur ett alkoholberoende då. Alkoholberoende är inte ett kategoriskt tillstånd utan varierar mellan individer och över tid hos samma person, tacknämligt påverkligt av även tidsavgränsade insatser.
- Attityden ska vara att hjälpa och stödja den drabbade för att komma till rätta med problemet, att visa respekt och vara aktivt lyssnande: frågorna kan bli kopplade till stigmatism med skuld- och skamkänslor.
- Medlem, som vid upprepade tillfällen uppträder berusat eller med annat alkoholpåverkat olämpligt beteende vid våra aktiviteter, kan bli utesluten ur föreningen, men innan dess delges hen en varning.

6. Behov av externt stöd

- Om man behöver stöd, råd eller hjälp för eget eller annan medlems alkoholproblem, kan man vända sig till sektionstyrelse, Alna (alkohol, läkemedel, narkotika, arbetsliv), AA (Anonyma Alkoholister), primärvården, företagshälsovård, beroendemottagning inom sjukvården, samt (kostnadsfritt) alkohollinjen.se och alkoholhjalpen.se.

2020-03-28/ S-A S.