



Brannspillernes løfter til fansen

SPORT // SIDE 12-13

SKOLEPOLITIKK: Å dele kunst og håndverksfaget vil underbygge kjønnsstereotyper, frarøve de unge viktig kompetanse og ta vekk det som er fagets styrke.

KULTURDEBATT // SIDE 16-17

Fikk ikke Venstre med på å fjerne sidemålskarakteren

GURI MELBY

NYHETER // SIDE 6

– Jeg lekte russisk rulett med livet. Hadde det ikke vært for mine foreldre, ville jeg ikke vært i live i dag.



FOTO: ØRJAN DEISZ

RUSFRI: Victoria Løvheim (22) i stuen sammen med moren Connie Løvheim (til v.). Victoria takker foreldrene for at hun klaret å kutte ut rusmisbruket.

NYHETER // SIDE 2-3

NYTT KJØKKEN? BYTT DØRER OG SKUFFER



Jeg tilbyr dere et **gratis hjemmebesøk** der jeg kan gi dere et prisoverslag over hva kjøkkenet vil koste ferdig montert. Du vil få mulighet til å få et "her og nå" tilbud på hjemmebesøket.

Ring meg på tlf. 970 53 160 eller 55 25 71 01 så kan jeg fortelle mer.

Jan-Erik Skaar Ansvarlig selger, HerjedalsKjøkken



HerjedalsKjøkken
www.herjedalskjokken.no



AVHENGIGHET // Victoria Løvheim hadde ni forskjellige narkotiske stoffer i kroppen da foreldrene fant henne. – Uten foreldrene mine hadde jeg ikke vært i live i dag, sier hun.

Slik klarte Victoria (22) å bli rusfri

MARIANNE NILSEN
marianne.nilsen@bt.no
foto ØRJAN DEISZ

22-åringen sitter ved kjøkkenbordet og tar en slurk av kaffen. På gulvet ligger en åtte uker gammel hundevalp og sover.

– Jeg lekte russisk rulett med livet mitt. Hadde det ikke vært for mine foreldre, ville jeg ikke vært i live i dag, sier Victoria Løvheim.

– Jeg tok hva som helst

Det er våren 2015. Hun har akkurat fylt 20 år og har forsøkt å røyke cannabis et par ganger. Hun føler hun har full kontroll på livet, men så får hun en ecstasypille i munnen av en kamerat.

– Jeg merket jeg fikk en veldig god følelse i kroppen. Uheldigvis. Jeg fortsatte med å ta ecstasy annenhver helg. Så ble det hver helg og så flere ganger i uken, sier hun og fortsetter:

– Den høsten tok jeg hva som helst og var ikke redd for å prøve nye ting. Når jeg fikk en fantastisk følelse av et stoff, ville jeg prøve det igjen. Og gjerne andre russtoffer, som kanskje kunne gi meg en enda bedre følelse.

Hun følte hun hadde kontroll. Hun klarte å jobbe og hadde kontakt med venner og familie. Men fra nyttår begynte det å skli ut. I løpet av en måned gikk hun ned syv kilo.

– Den siste uken i januar verken sov eller spiste jeg. Jeg hadde blant annet tatt amfetamin, ecstasy og syre. Det svartnet for meg nesten hele tiden, og jeg følte kroppen min holdt på å bryte sammen, sier hun.

Ni forskjellige stoffer i blodet

Hjemme satt foreldrene en søndag og bestemte seg for å ta grep neste dag. Møtte hun ikke opp til en bestemt avtale, skulle de finne henne. Dagen i forveien hadde de sett at hun var ruset. Da hun ikke kom, satte foreldrene seg i bilen og begynte jakten på datteren.

– Vi skjønnte at det foregikk noe den høsten, men vi klarte ikke å finne bevis og visste heller ikke hva vi så etter. Hun nektet for alt. Men den søndagen bestemte vi oss for å gå hundre prosent inn i dette, og ikke vike en tomme, sier Connie Løvheim.

Etter flere telefoner, mange



timer med leting og banking på ukjente dører fant de henne til slutt i en leilighet i utkanten av Bergen.

Victoria var rasende og mente hun ble kidnappet av foreldrene. De klarte til slutt, med broren og søsterens hjelp, å få henne til legevakten. Hun hadde ni forskjellige narkotiske stoffer i blodet.

– Vi tok henne med hjem og låste dørene. Vi holdt vakt med vinduene og dørene i to dager. Så kjørte vi til hytten på Hardangervidda og låste dørene. Der var vi også i to dager, før vi igjen satte oss i bilen. Victoria trodde at vi skulle kjøre til Bergen, men det skulle vi jo ikke, forteller moren.

For i stedet satte foreldrene kursen mot Østlandet. En uke tidligere hadde moren meldt henne på et Frog-kurs i Oslo. Et seks ukers kurs i hard mental trening.

– Hjertet mitt var knust, fordi jeg visste jeg kom til å knuse hjertet til Victoria når jeg fortalte henne hvor vi egentlig skulle. Men det var den eneste løsningen. Jeg opplevde at vi

ikke fikk hjelp andre steder, sier moren og fortsetter:

– Hun hyperventilerte og var illsint. Heldigvis hadde vi en bil der vi kunne låse dørene, sier moren og ser på datteren.

– Kjente kampen hennes

Fremme i Oslo nektet datteren for alt, men til slutt gikk hun med på å snakke med den som arrangerte kurset.

– Jeg var drittforbannet og ville ikke snakke med henne. Men etter noen timer klarte hun å overbevise meg om å begynne på kurset. Jeg begynte å grine, og innså at jeg hadde vært død dersom mine foreldre ikke hadde fått meg hit, sier 22-åringen.

Victoria forteller at hun hadde lyst til å slutte flere ganger, men at hun klarte å holde ut.

– Det var beintøft og jeg hadde store abstinenser. Men jeg ville ikke slutte, fordi mine foreldre hadde betalt så mye for kurset, sier hun.

Kursleder Ingeborg Lykseth tror foreldrene kom i grevens tid.

– Det var modig å tvinge henne til å komme hit. De kunne

risikert å miste en datter, at hun vendte seg mot dem. Men hun valgte selv å starte på kurset, sier Lykseth.

– For oss handler det om å se og høre dem. Vi kritiserer ikke og har full tillit til at deltakerne er i stand til å få det livet de ønsker seg dersom de selv vil. Det har Victoria klart.

Først flere måneder senere var russet hennes helt borte.

– Jeg kjente kampen hennes på kroppen. Jeg er så stolt av henne og det hun har fått til. Og så er det godt å se at det finnes muligheter og at vi og andre som opplever dette kan få hjelp, sier moren.

Råd til foreldre

I dag er 22-åringen svært aktiv og jobber blant annet som bartender, DJ og sushikokk.

– Jeg er glad for at foreldrene mine var så tøffe med meg. Det var det som måtte til for å få meg rusfri, sier hun.

Hun har følgende råd og tips til foreldre som opplever det samme.

– Det er viktig at dere holder ut og viser at dere er der for

dem. Selv om barnet kommer til å såre dere, og dere kommer til å såre dem, må dere ikke gi etter. Dere kan også se etter humørforandringer, om de er mye sliten og ikke gidder å være med på ting, at de ikke er med sine vanlige venner eller går mye ned i vekt, sier hun.

Moren priser seg lykkelig over at det har gått bra med datteren og at hun visste om Frog-kurset. Nå vil hun at også andre skal få samme mulighet som datteren sin.

24. april starter hun derfor opp det første Frog-kurset her i Bergen, med hjelp fra datteren og en representant fra kursarrangøren i Oslo.

– Vi vil så gjerne at andre foreldre skal få oppleve og få den samme muligheten som oss. Men kurset er ikke bare for de med rusproblemer. Det er også for dem som har mistet livsgnist eller har havnet ned i en dump og som vil ha en endring i livet sitt, sier hun.

– Jeg tørr ikke å tenke på hvor nære det var. Kurset reddet livet mitt, sier 22-åringen.

FAKTA

Ruslidelser i Norge

- Mellom 10 og 20 prosent av befolkningen får en ruslidelse i løpet av livet.
- Skadelig bruk eller avhengighet av alkohol er den vanligste ruslidelser i Norge.
- Ruslidelser er en stor helseutfordring og medfører omfattende kostnader for enkeltindivider og samfunnet for øvrig.
- Pasienter med ruslidelser har ofte også andre psykiske lidelser og kroppslige sykdommer.
- Antallet personer under legeomiddelassistert rehabilitering (LAR) for opiatavhengighet øker.
- Både arv og miljø er viktige risikofaktorer.

Kilde: Folkehelseinstituttet

Frog-programmet

- Frog Online Identity er utviklet av selskapet lyk-z & døtre as.
- Dette er et syv ukers program for ungdom og unge voksne i risikosonen og for alle som av ulike grunner står fast og trenger en god forandring i eget liv.
- Programmet fremmer livsmestring og livsglede og ruster deltakerne til å ta lederskap i eget liv og komme tilbake til skole, utdanning og jobb.
- Programmets fundament er nevrofysiologi og anerkjent forskning om ubevisste beslutningsprosesser og hvordan man tar valg.
- Erfaring viser at åtte av ti har skapt varig forandring i livet sitt etter denne treningen.

Kilde: lyk-z & døtre as



1: Leonbergeren Ludwig (6), mor Connie Løvheim og Victoria Løvheim (22) utenfor huset sitt i Bergen. – Det har vært tøft, men Victoria klarte det, sier moren.

2: – Det er skremmende å se hvor fort det går fra du prøver et russtoff til du blir avhengig, sier Victoria Løvheim.

3: Victoria Løvheim (22) har flere tatoveringer på den høyre armen sin. Øverst troner Marilyn Monroe. – Jeg har stor sans for henne, sier Løvheim.

4: Victoria Løvheim går ofte tur med leonbergerne Ludwig (6 1/2) og Alfred (8 uker).