

## Kære direktører og rektorer

Snart slutter skoleåret, og så går arbejdet i gang med at gøre klar til at modtage en ny årgang af elever, som skal begynde på deres ungdomsuddannelse hos jer efter sommerferien. De vil være spændte, nysgerrige og usikre, og de vil søge nye venner og fællesskaber for de kommende år.

Måden, I modtager eleverne på, har stor betydning for, hvordan de lander. Vi ved at, I ude på skolerne arbejder indgående med at skabe en god ungdomskultur, hvor alkohol skal fylde langt mindre. Det er et arbejde, som allerede pågår i samarbejde med elevrådene/festudvalgene, lærerne og forældrene.

Danske Gymnasier, Danske Erhvervsskoler og -Gymnasier – Lederne og Sundhedsstyrelsen opfordrer til, at I fortsætter med at arbejde for, at skolens rammer for alkohol byder alle unge indenfor i et ansvarligt, inkluderende, trygt og socialt miljø, der understøtter god trivsel og et godt læringsmiljø, og at I fortsat gør det i dialog med både elever, deres forældre og personale.

Vi vil anbefale, at I ser på jeres alkoholpolitikker på jeres skoler. Det skyldes, at børn og unge i Danmark begynder at drikke tidligt, og de drikker meget alkohol.

Som skoler kan I gøre meget, men det er utrolig vigtigt, at forældrene støtter op. Derfor vil vi opfordre til, at I taler med de nye elevers forældre, så de ved, at de også har et stort ansvar for at hjælpe til med at skabe en god skolestart - og en sikker festkultur for deres børn og unge. Vi anbefaler også, at I fortæller forældrene, at det er vigtigt, at de bakker op om skolens bestræbelser på at skabe et inkluderende fællesskab og sociale arrangementer, der ikke har alkohol som omdrejningspunkt.

Det betyder blandt andet, at forældrene bakker op om, at forfester hjemme i de private hjem helst foregår uden alkohol i den første del af skoleåret. Det er også vigtigt at forældrene er klar over jeres regler for alkohol til festerne på skolen, og baggrunden herfor, så de ved, hvad der sker, hvis eleverne alligevel dukker påvirket op til festerne.

Derudover vil vi foreslå, at I har disse indsatser:

- **Alkoholfri uddannelsesstart**

Fester, arrangementer og introture som er arrangeret af skolerne eller tutorer er helt alkoholfrie indtil ultimo september gældende for alle årgange på skolen. Det giver mulighed for, at de unge kan knytte venskaber og etablere sig socialt, uden at det er alkoholen der bliver omdrejningspunkt for fællesskaberne og festerne. Det kræver lidt forberedelse, men der er heldigvis stadig tid til at lægge nogle nye rammer for de kommende elever.

- **Dialog med eleverne om skolens regler**

Alle elever skal præsenteres for og indgå i dialog om skolernes alkoholpolitik. De skal vide, hvorfor I har valgt at have den alkoholpolitik, og hvad den skal forebygge. De skal også vide, hvad der sker, hvis de ikke overholder de regler, der er sat. Det er også vigtigt at snakke med skolens festudvalg, så de er med til at planlægge fester, hvor der ikke sælges alkohol eller opfordres til et større alkoholindtag. Et festudvalg kan virke som kulturbærer på en skole.

- **Alkoholfrie studieture**

Skolerne forpligter sig til at gøre studieture 100 % alkoholfrie fra start til slut uanset alder på de deltagende elever.

- **Alkoholfrie arrangementer**

Gå sammen med andre ungdomsuddannelser og giv hinanden inspiration til, hvordan I kan lave gode og sjove aktiviteter, der ikke koncentrerer sig om alkohol. Det kan fx være temafest med udklædning, koncerter, revy eller fællesdans.

- **Personalet som rollemodeller**

Det anbefales, at skolerne igangsætter drøftelser på skolen om, hvordan personalet kan være rollemodeller for eleverne, og hvordan de kan bidrage til at vise, at det er muligt at have positive fællesskaber uden, at alkohol er omdrejningspunktet fx i forbindelse med fester og fejring.

Det er vigtigt at huske på, at hovedparten af danske unge mener, at alkohol fylder for meget, og de oplever et pres for at drikke alkohol, og også for at drikke meget. Dermed ikke sagt, at der ikke kan komme modstand fra nogle elever, og særligt de der oplever, at reglerne er strikse. Derfor er det også vigtigt at tage dialogen og forklare baggrunden for, hvorfor I har valgt jeres alkoholpolitik skal være, som den er.

Det er samtidig vigtigt, at lidt modstand ikke stopper det brede arbejde hen mod en bedre alkoholkultur blandt børn og unge. Det er nødvendigt at tage debatten, selvom den kan være lidt svær, hvis der skal skabes en mere inkluderende skole- og festkultur. Det kræver, at I fortsætter arbejdet med at gøre op med den danske alkoholkultur, der ellers vil dominere.

I kan finde mere inspiration til, hvordan der kan laves arrangementer på ungdomsuddannelserne, hvor alkohol ikke er omdrejningspunktet: <https://alkohologsamfund.dk/det-goer-vi/unge-og-alkohol/gymnasieguide>. Der kan også findes yderligere inspiration til alkoholpolitikker hos Gymnasiefællesskabet: Vi tager ansvar! ([gymnasiefaellesskabet.dk](http://gymnasiefaellesskabet.dk)).



**Niels Sandø**  
Enhedschef  
Forebyggelse og ulighed  
Sundhedsstyrelsen



**Henrik Nevers**  
fmd. Danske Gymnasier



**Ole Heinåger**  
fmd. Danske Erhvervsskoler  
og -Gymnasier - Lederne

## **Baggrund for at Sundhedsstyrelsen fraråder at børn og unge under 18 år drikker alkohol**

Børn og unge er mere sårbare for alkohols skadelige virkninger end voksne. Det skyldes dels, at unge ofte har et mere skadeligt drikkemønster og højere risikovillighed. Derudover er børn og unge også særligt sårbare for alkohols skadelige virkning, hvad angår udviklingen af hjernen.

### **Skader og ulykker**

Unge alkoholforbrug er i høj grad forbundet med rusdrikning. Når promillen øges, stiger risikovilligheden, mens dømmekraften svækkes. Unge er generelt mere risikovillige end voksne, hvilket øger sandsynligheden for skader, ulykker og død – særligt i kombination med indtag af alkohol. Desuden er de unge i mindre grad end voksne trænet i handlinger, der kræver fokus og koncentration. En opgørelse fra 2021 viste endvidere, at der i perioden 2010-2019 forekom 143 alkoholrelaterede dødsfald blandt de 15-25 årige. Det svarer til omkring 14 alkoholrelaterede dødsfald om året.

### **Påvirkning af hjernens udvikling**

Hjernen er først færdigudviklet omkring 25-års alderen for både kvinder og mænd. Indtag af alkohol i ungdommen - og i særdeleshed rusdrikning - kan påvirke modningen og udviklingen af hjernen. De hjerneområder der påvirkes er bl.a. involveret i hukommelse, læring, planlægning, beslutninger, impuls kontrol og sprog.

### **Øvrige konsekvenser**

Nogle studier har vist, at rusdrikning blandt unge er associeret med øget risiko for depressive symptomer, og at sammenhængen er stærkere blandt kvinder end mænd. Der ses endvidere en sammenhæng mellem alkoholforbrug og selvskade, selvmordstanker og selvmord. Herudover er der en øget risiko for, at unge indgår i risikofyldt seksual adfærd, når alkohol er involveret. Ligesom der ses en øget risiko for at opleve uønskede seksuelle tilnærmelser. Unge der har en tidlig alkoholdebut og/eller har et stort alkoholforbrug, er fundet at have større risiko for senere i livet at drikke mere end andre voksne, hvilket medfører en øget risiko for alkoholrelaterede sygdomme og skader.

Se yderligere information om Sundhedsstyrelsen alkoholudmeldinger her:

[\*\*Udmeldinger om alkohol - Sundhedsstyrelsen\*\*](#)