



TIL UNGDOMSUDDANNELSENS LÆRERE OG LEDELSE:

POLITIK FOR RUSMIDLER OG RYGNING

2011



Sundhed handler også om rusmidler og rygning

Rusmidler og rygning spiller en væsentlig rolle i de unges livsstil og festkultur – blandt andet fordi de derigennem kan vise omverdenen og hinanden, at de er blevet voksne, uafhængige og selvstændige.

Desværre er de unge særlig sårbare over for skadevirkningerne af rusmidler og tobak. Både indlæringsparathed og sociale kompetencer svækkes, hvis den unge har et jævnlige forbrug af alkohol eller hash.

For den unge kan der være et dilemma imellem på den ene side at begå sig i festlivet på samme måde som de andre – og på den anden side at klare sig godt på uddannelsen fagligt og socialt.

Dilemmaet gør det særlig vigtigt, at skolen gør sin holdning klar og samarbejder med eleverne om at formulere en sundhedspolitik, der også omfatter rusmidler og rygning. En sådan politik har størst gennemslagskraft, hvis den skabes på grundlag af en bred dialog mellem elever, lærere, ledelse og forældre.

Politik for rusmidler og rygning

© Sundhedsstyrelsen, 2011

Manuskript

Kit Broholm,
Sundhedsstyrelsen
Jørgen Falk,
Sundhedsstyrelsen
Anne Marie Sindballe,
Sundhedsstyrelsen

Redaktion

Birgitte Dansgaard,
Komiteen for Sundhedsoplysning

Grafisk tilrettelæggelse

Peter Dyrvig Grafisk Design

Illustrationer

Mikael Rieck

Kan downloades fra:
www.sst.dk

Myter om unge og rusmidler

MYTE:

“Børn skal lære at drikke hjemme. Så får de et naturligt forhold til alkohol.”

FAKTUM:

Jo flere gange unge får serveret alkohol af deres forældre, jo mere drikker de – også når de er ude.

MYTE:

“Hvis man forbyder unge noget, så bliver det først rigtig interessant.”

FAKTUM:

Unge drikker senere og mindre, hvis forældrene markerer en tydelig holdning til alkohol. Det samme gælder for unges forhold til rygning og hash.

MYTE:

“Det er bedre, at lade de unge drikke alkohol, så de ikke i stedet tager stoffer.”

FAKTUM:

Det er blandt de unge, der ryger og ofte drikker sig fulde, at man finder de unge, der eksperimenterer med andre stoffer.

MYTE:

“Hash er ikke vanedannende.”

FAKTUM:

Hash er et stof, man kan blive afhængig af. Men afhængigheden kommer gradvist.

MYTE:

“Rygning af vandpibe er ikke farligt.”

FAKTUM: Vandpiberygning er lige så sundhedsskadelig som al anden tobaksrygning.

MYTE:

“Hvis man kun er festryger, er det ikke et problem.”

FAKTUM: Man ved, at nikotin er stærkt afhængighedsskabende, og at unge er særlig følsomme over for at udvikle afhængighed.



Hvorfor skal skolen blande sig i de unges festkultur?

Skolen er en dannelsesinstitution, der har indflydelse på de unges normer og indlæring. Hvis skolen formulerer en aktiv politik for rusmidler og rygning, understøtter det elevernes sunde livsstil og dermed deres indlæringsmuligheder.

Alkoholkulturen under forandring

Danske unges alkoholforbrug er det højeste i Europa. De unges forbrug er en uheldig kombination af den nordiske alkoholkultur – hvor man *drikker meget, men sjældent* – og den sydeuropæiske alkoholkultur – hvor man *drikker lidt, men tit*. I den danske alkoholkultur bliver det til at drikke meget og tit. Navnlig for de unge er fuldskab et vigtigt motiv for at drikke.

Men denne alkoholkultur er under forandring. Både de voksnes og de unges forbrug er faldende, og det er ikke længere accepteret at drikke på arbejdspladsen eller møde op alkoholpåvirket eller med tømmermænd. På mange arbejdspladser hænger dette også sammen med sikkerhed.

Skolen er elevernes arbejdsplads og skal forberede dem på arbejdsmarkedet. Hvis skolen undlader at markere, at alkohol er uforeneligt med skolearbejde, så forberedes eleverne ikke relevant til deres fremtidige indsats på de videregående uddannelser eller på arbejdsmarkedet. Brug af alkohol, tobak og stoffer er ikke kun en privat sag.

Som andre moderne arbejdspladser må ungdomsuddannelsesinstitutionen i en tydelig rusmiddel- og rygepolitik forholde sig til elevers forbrug af alkohol, tobak og stoffer. Mangler skolen en politik på dette område, er det et (utilsigtet) signal til eleverne om, at skolen accepterer den udbredte brug af rusmidler og tobak blandt de danske unge.

Skolen skaber begivenheder, hvor unge drikker

Skolen danner ramme om de unges dagligdag og for en lang række arrangementer, hvor det traditionelt har været muligt at drikke alkohol både for lærere og elever, fx studieture fredagscafeer, fester m.v.

Nogle af skolerne – blandt andet en del gymnasier og handelsskoler – har allerede via rusmiddelpolitikker arbejdet med at sætte ansvarlige rammer for alkoholindtagelse på skolen. Fx er det nu almindeligt, at der ikke drikkes alkohol på introture, og adgangen til at ryge er i dag stærkt begrænset, blandt andet som følge af loven om røgfri miljøer og de ændrede holdninger til rygning, som loven afspejler.

Men skolerne vælger stadig at definere egne fester som lukkede fester, hvor man derfor gerne må udskænke alkohol også til unge under 18 år. Det er et problem, da disse fester med mange hundrede elever ikke minder om private fester, og da drikkenormerne til disse fester er med til at lægge et drikkepres på de yngre elever.

Der er blandt de unge en forventning om, at når man begynder på en ungdomsuddannelse så skal der drikkes, hvilket også afspejles i kurven over alkoholforbruget, der stiger stejlt omkring 16-års-alderen.

Forældre ved, at festerne og samværet med kammerater ofte er det vigtigste for de unge. Når uddannelsesinstitutionen så understøtter de unges drikkeforventninger ved at tillade udskænkning af alkohol til elever under 18 år til skolefester, har forældre svært ved at stå fast på mere restriktive alkoholnormer, fordi de frygter, at deres unge på den måde bliver socialt isolerede.

Skolen giver på den måde anledning til, at elever udsættes for et drikkepres, og at forældre får vanskeligt ved at holde fast i, at unge ikke skal drikke sig fulde.

En røgfri skolekultur

Selv om rygning blandt unge er på retur – ligesom i resten af samfundet – så er der fortsat alt for mange unge, der begynder at ryge i slutningen af teenageårene. Godt 20 % af de 16-20-årige ryger dagligt eller til fester. Uddannelsesinstitutionerne kan bidrage til at begrænse dette antal ved at understøtte en ikke-rygekultur og yderligere besværliggøre rygning i sociale sammenhænge. Og der er fortsat noget at gøre.

Uddannelsesinstitutionen er ifølge de unges egne oplysninger det sted, hvor flest unge bliver udsat for passiv rygning.

Åbne øjne og en klar holdning til stoffer

En del af de danske unge beruser sig ikke kun i alkohol, men ryger også hash mere eller mindre jævnligt. Hash er langt det mest udbredte illegale stof, og det er her, forældre og uddannelsesinstitutioner bør have fokus. Udover festbrug kan hash også bruges relativt ubemærket i løbet af en skoledag med stærk negativ indvirkning på indlæringen. Omkring en tredjedel af de 16-20-årige har prøvet at ryge hash. Undersøgelser viser, at hashbrug findes i alle grupper af unge.

En mindre del af de unge eksperimenterer også med andre stoffer, især de stimulerende stoffer som amfetamin, kokain og ecstasy, men som oftest bruger disse unge også hash.

Det er helt centralt at sætte ind over for hash og andre stoffer i sammenhæng med en alkoholforebyggende indsats. Dels fordi stofferne fylder så meget i de unges festkultur, at alle unge må rustes til at håndtere tilbud om at prøve stoffer, dels fordi et stort alkoholforbrug giver en markant øget risiko for, at den unge også eksperimenterer med stoffer.

Stoffer indgår ofte i et blandet forbrug med alkohol.



Hvordan påvirkes elevernes sundhed og studieudbytte?

Alkohol

Alkohol påvirker og skader navnlig den unge hjerne under udvikling. Et forbrug på 20 genstande om måneden over en periode på 1-2 år kan ses på scanninger og påvirker det område i hjernen, der har at gøre med hukommelse og indlæring, navnlig hvis man drikker meget på en gang.

Hvis man drikker meget på én gang – dvs. 5 genstande eller mere – er det særlig skadeligt for både hjerne og krop. Desværre er denne type alkoholforbrug den mest udbredte blandt unge: Først når de unge har drukket 10 genstande, synes de selv, at de har drukket sig meget fulde. 68 % af drengene og 58 % af pigerne på 17-19 år har drukket mere end 10 genstande mindst én gang inden for den seneste måned.

Alkohol er vanedannende og udvikling af afhængighed sker særlig hurtigt hos de unge.

Alkohol er et organisk opløsningsmiddel, som er opløseligt i både fedt og vand. Det betyder, at alkohol uhindret kan trænge ind i alle celler. Alkohol virker bedøvende på navnlig den del af hjernen, der ikke er færdigudviklet, og som har at gøre med risikovurdering og impuls kontrol. Det øger de unges risiko for at komme ud for ulykker og forgiftninger. 3000 unge mellem 15 og 29 år har hvert år kontakt med hospitalet pga. akut beruselse eller alkoholforgiftning. Hvert år er der 3-4 dødsfald blandt de 15-29-årige pga. alkohol.

Alkohol øger risikoen for omkring 60 sygdomme. Selv i meget små doser øger alkohol risikoen for kræft. Der er ingen forbrugsgrænse under hvilken, alkoholen ikke øger risikoen for kræft. Derfor har Folketinget også besluttet, at der ikke må sælges alkohol til unge under 16 år, og ikke alkohol over 16,5 % til unge under 18 år.

- ▶ Det kan være vigtigt for unge piger at vide, at alkohol er et stærkt fosterskadende stof, og at der er

mistanke om, at alkohol også skader de æg, som fostrene senere dannes af.

- ▶ Det kan være vigtigt for drenge at vide, at et stort alkoholforbrug øger mængden af kvindelige kønshormoner, hvilket kan give en mere kvindelig fedtfordeling på kroppen.
- ▶ Desuden kan det være nyttig viden for unge, at alkohol feder næsten lige så meget som fedt.

Rygning

Al tobak indeholder nikotin, som er et stof, der skaber stærk afhængighed. Afhængigheden opstår, fordi nikotin skaber varige ændringer i hjernen og centralnervesystemet. Hos de fleste fører rygning meget hurtigt til afhængighed. Det sker umærkeligt – også selv om man i starten kun ryger til fester. Det gælder også, hvis man ryger vandpibe. Hvis man ryger til fester, er der meget stor risiko for, at man i løbet af få måneder begynder at ryge dagligt.

Foruden nikotin indeholder tobaksrøg ca. 200 andre stoffer, som er sundhedsskadelige for mennesker. Af disse er mindst 40 kræftfremkaldende. Det er virkningen af de mange skadelige stoffer, der på sigt giver rygere skader på næsten alle organer i kroppen. Det medfører større risiko for at få kræft, lungesygdomme og hjerte-kar-sygdomme. Halvdelen af alle livstidsrygere dør af en sygdom, de har fået af at ryge. I gennemsnit lever rygere 8-10 år kortere end ikke-rygere.

- ▶ Rygning påvirker hurtigt kroppen i negativ retning – også hos de helt unge. Rygning giver grimmere hud, dårligere kondition og dårligere sårheling, ligesom rygning hæmmer evnen til at få børn. Og så har rygere ofte dårlig kropslugt og ånde.

Hash

Hash er langt mindre udbredt end alkohol – og langt mere almindeligt end andre illegale stoffer: Knapt 40 % af de 16-24-årige har prøvet hash mindst 1 gang (2010). Hashbrug findes blandt elever på alle typer ungdomsuddannelser.

Hash (marihuana, pot) giver en sløvende rusvirkning. Hash virker først og fremmest på de områder af hjernen, der spiller en rolle for følelseslivet, for hukommelse og indlæring og for koordinering af bevægelser. I op til 24 timer efter indtagelse af hash har man svært ved at koncentrere sig, koordinere sine bevægelser, løse komplekse opgaver og tilegne sig ny viden.

Hash er et stof, man kan blive afhængig af, og der skal hurtigt en større dosis til for at opnå en rus. Efter ca. 1 måneds hyppig brug giver det ubehag at stoppe (abstinenssymptomer). Det skønnes, at 10 % af de unge, der bruger hash, kommer til at bruge stoffet dagligt, i hvert fald i en periode. Et dagligt forbrug gør den unge træt og initiativløs. Det betyder, at den unge får en konstant nedsættelse af sin evne til at lære og fungere i det hele taget.

- ▶ En ung, der ryger hash, vil få koncentrations- og hukommelsesproblemer og mangle engagement i skolen og undervisningen. Den unge vil typisk komme for sent og vil generelt have meget fravær. Danske undersøgelser viser, at unge, der bruger hash, pjækker markant mere end andre unge.
- ▶ Brug af hash indebærer akut risiko for at få angst- og panikoplevelser. Der er tale om en forgiftningsreaktion, men man kan ikke dø af en hashforgiftning. Et hyppigt forbrug af hash øger også risikoen for længerevarende psykiske lidelser, især hos sårbare unge.
- ▶ Hashrygning er fysisk skadelig. Det skønnes, at 3-4 marihuanacigaretter gør lige så stor skade på lungerne som 20 stk. cigaretter. Risikoen forøges, hvis en person både ryger hash/marihuana og tobak – og det gør de fleste hashbrugere.



Andre stoffer

Omkring 10 % af de 16-24-årige har prøvet et eller flere andre stoffer end hash, typisk stimulerende stoffer (amfetamin, kokain, ecstasy) (2010). De stimulerende stoffer (amfetamin, kokain, ecstasy) har en direkte opkvikkende rusvirkning, men efter rusen giver stofferne det modsatte: træthed og tristhed. De indgår ofte i et blandet brug af alkohol, hash og evt. forskellige stimulerende stoffer.

At indtage stimulerende stoffer giver akut risiko for ulykker, involvering i vold (amfetamin, kokain) og forgiftning, der kan have dødelig udgang.

Stofferne skaber hurtigt afhængighed, og de indlæringsmæssige og sociale virkninger af et forbrug vil ofte være mere tydelige end ved forbrug af alkohol og hash. (Se flere fakta om stoffer i Sundhedsstyrelsens lille pjece: *Stoffer – hvordan virker de og hvordan ser de ud*).

Hvordan kan vi bidrage til en fornuftig alkoholkultur?

Ungdomsuddannelserne kan bidrage ved – også på det sociale område – at fungere som dannelsesinstitutioner, fx ved at festerne kan være præget af kultur, musik og dans – og ved at alkohol kun spiller en lille eller slet ingen rolle.

På mange skoler vil det forudsætte en kulturændring, som kan igangsættes med formulering af en rusmiddel- og rygepolitik. Det er hensigtsmæssigt, at denne proces sker i et samspil mellem skole, forældre og lokalsamfundet. Se også side xx.

Samspil mellem skole, forældre og lokalsamfund

Det giver størst mulighed for forandring, hvis normer om alkohol er de samme hjemme, i skolen og i lokalsamfundet.

Forældre har en opgave i at være tydeligt normsættende, være opmærksomme på egne alkoholvaner og skabe alkoholfri rammer om private fester så længe som muligt, og i hvert fald til de unge er 16 år.

Forældrene har også til opgave at være de unges vigtigste voksne, der er opmærksomme på og snakker med de unge, der bliver stadig mere uafhængige.

Særlig vigtigt er det, at forældre går i dialog med den unge, hvis de oplever, at han/hun pludselig ændrer adfærd i negativ retning, får nye vaner, nye kammerater, forsømmer sine ting m.m.

Lokalsamfundet skal sikre, at det lokale natteliv overholder restaurationslovens bestemmelser og ikke udskænker alkohol til unge under 18 år eller til personer, der allerede er berusede.

Skolen kan skabe nye traditioner

Især i begyndelsen kan det være en god idé at skabe rammer, hvor alkohol ikke er det første, man griber til, når man skal fejre noget på skolen. Sådanne arrangementer forhindrer ikke de unge i 'at drikke igennem' ved andre lejligheder. Men det minimerer antallet af arrangementer med alkohol på skolen, og det giver eleverne en erfaring om, at man godt kan have det sjovt med sine venner uden at være fuld.

Skolen kan skabe nye fest-situationer og andre former for socialt samvær ved at give elevarrangementerne et lidt andet indhold – og evt. lægge dem på andre tidspunkter. Derved kan skolen gøre det mindre oplagt 'at drikke igennem'.

- ▶ **Tema:** Giv festerne et fokus, som fx temafester.
- ▶ **Tid:** Lav andre sammenkomster end fester, fx kulturarrangementer, sport o.l. og læg dem på et andet tidspunkt, fx onsdag aften eller fredag eftermiddag.
- ▶ **Sted:** Hold arrangementet på et sted, hvor det ikke er oplagt at drikke alkohol, fx i svømmehallen, teateret, biografen, på café eller på sportspladsen.

TEMA: En stram rusmiddel- og rygepolitik – problemer og løsninger

Lærere og skoleledere peger ofte på følgende problemer i forhold til alkohol:

Eleverne drikker ikke særlig meget på skolen. De drikker sig fulde til private for-fester, som skolen ikke har ansvaret for.

Skolen kan arbejde med dette problem ved at samarbejde med forældre om:

- at forældre sætter rammer for de unges alkoholforbrug til private for-fester
- at forældre accepterer, at de bliver kontaktet, hvis deres barn møder beruset op til skolens fester.

Hvis ikke skolen udskænker alkohol til festerne, så bliver der ingen fester. Så vælger de unge at feste privat eller ude i byen.

Skolen kan arbejde med dette problem ved at samarbejde med andre ungdomsuddannelsesinstitutioner i kommunen. Skolen kan desuden formulere en forventning til kommunen om, at den ikke giver alkoholbevilling til diskoteker eller barer, der udskænker alkohol til unge under 18 år eller til personer, der i forvejen er berusede.

Hvis den enkelte ungdomsuddannelsesinstitution laver en stram alkoholpolitik, vil det reducere antallet af elever, der søger den pågældende skole.

Skolen kan arbejde med dette problem ved at samarbejde med de øvrige ungdomsuddannelsesinstitutioner om en fælles alkoholpolitik. Skolen kan også opfordre kommunen til – som en del af den kommunale alkoholpolitik – at formulere en forventning til kommunens ungdomsuddannelsesinstitutioner om, at de har en stram alkoholpolitik. Dvs. en alkoholpolitik:

- der ikke accepterer alkoholbrug på skolen eller i forbindelse med faglige arrangementer
- der ikke accepterer, at man møder på skolen påvirket af eftervirkningerne af alkohol
- der ikke tillader udskænkning af alkohol til unge under 18 år ved sociale arrangementer – eller til unge der er berusede.

Eleverne (og forældrene) synes ikke, det vedkommer skolen, at de drikker sig fulde i deres fritid.

Skolen kan arbejde med modstand fra eleverne:

- ved at oplyse om sammenhængen mellem brug af alkohol (og hash) og manglende indlæringsparathed
- ved at skolen viser opmærksomhed over for fredag-mandags-sløvhed
- ved at give information om rusmidler og deres risici
- ved at lave egne undersøgelser.

I forhold til rygning kan den enkelte skole sikre, at rygning ikke er en del af hverken hverdag eller fest. Det kan gøres ved at sikre totalt røgfrit miljø både indendørs og udendørs på skolens område. Det gælder om at forhindre, at alle de, der ikke normalt er rygere, gives let adgang til at ryge i en socialt attraktiv sammenhæng. Det vil automatisk begrænse andelen af unge, der bliver rygere.

Hvis skolen har en kendt politik om stoffer, så tror omverdenen, at vi har særlige problemer, og det reducerer antallet af elever.

Skolen kan arbejde med dette problem ved at samarbejde med andre ungdomsuddannelser i området om en fælles rusmiddelpolitik. Skolen kan desuden arbejde med kommunikationen omkring rusmiddelpolitikken og fremhæve, at det er udtryk for ansvarlighed at have en politik på dette emne, når stofferne rent faktisk er udbredt blandt unge over hele landet.

Skolen har svært ved at sanktionere, når elever overtræder rusmiddel- og rygeforbud.

Hvad skal konsekvenserne være, når eleverne overtræder forbud mod rusmidler og rygning?

Dette er et centralt spørgsmål i skolens udformning af sin rusmiddel- og rygepolitik. Det er vigtigt at holde sig for øje, at politikken skal være handlingsorienteret. Det frarådes at arbejde med *udsmidning* som sanktion – fx i forhold til at have brugt stoffer. Udsmidning som fast sanktion gør det meget svært at få problemer frem i lyset. Princippet for rusmiddelpolitikken må være at lægge en hjælpeplan for elever med særlige problemer, fx i samarbejde med kommunen.

Hvem skal formulere skolens rusmiddel- og rygepolitik?

Når skolen arbejder for en rusmiddel- og rygepolitik, bør den inddrage både elever og lærere i arbejdet. Diskuter på skolen, hvilke holdninger man ønsker at fremme mht. alkohol, rygning og hash. Det er afgørende, at diskussionen finder sted i et bredt forum af elever og ansatte for at etablere et fælles ejerskab for politikken. Alle har holdninger til både alkohol og rygning. Mange holdninger har rod i eget forbrug af rusmidler og tobak. Det er vigtigt at få disse holdninger diskuteret, fordi de ellers kan blive styrende for udformningen af rusmiddel- og rygepolitikken i stedet for de vidensbaserede argumenter.

Det er også vigtigt at diskutere, hvordan en politik kan forankres i den struktur, der er i forvejen på skolen. Det vil gøre det lettere at håndhæve og vedligeholde politikken fremover.

Skal forældrene inddrages?

På ungdomsuddannelsen bliver forældrene typisk inddraget i mindre omfang end i folkeskolen. Men det er afgørende, at skolen etablerer et samarbejde med forældrene om de unges alkohol- og rygevaner, hvis festkulturen skal ændres. Forældre har en stor interesse i at bevare et sundt og effektivt læringsmiljø, og mange forældre vil være interesserede i, at skolen ikke medvirker til at lægge et drikkepres på deres børn.

Tag gerne spørgsmålet om en politik for rusmidler og rygning op på skolens introduktionsmøde. Og inviter evt. forældre med i det udvalg, der skal forberede, formulere og implementere politikken.

Anbefaling

- ▶ Skolen udskænker ikke alkohol til unge under 18 år eller til unge, der er berusede.
- ▶ Unge over 18 år skal drikke så lidt som muligt og stoppe før 5 genstande til en fest.
- ▶ Er denne politik vanskelig at administrere for skolen, kan man vælge at gøre skolen alkoholfri.
- ▶ Det er ikke tilladt at sælge tobak til unge under 18 år – derfor accepterer skolen ikke rygning på skolens område.

Hvordan skaber vi en rusmiddel- og rygepolitik?

– organisering og processen trin for trin

Skolens ledelse kan igangsætte en demokratisk beslutningsproces vedr. rammer for rusmidler og rygning ved at udnævne en styregruppe bestående af repræsentanter for elevråd, lærerråd, forældre og ledelse.

Styregruppens ansvar kan være at sætte rusmidler og rygning på skolens dagsorden og samarbejde om at formulere og implementere en rusmiddel- og rygepolitik.

Styregruppen kan begynde med at udnævne en tovholder, der er ansvarlig for projektets fremdrift. Det er vigtigt at skabe en proces, der giver rusmiddelpolitikken status og sikrer grundige diskussioner. Processen bør involvere så mange elever og ansatte som muligt.

1. trin – undersøgelse af eksisterende normer og regler

Undersøg og beskriv, hvilke normer der gælder for rusmidler og rygning i såvel skolens dagligdag som ved fester, på ekskursioner og introture. Den eksisterende rusmiddelkultur og dens normer, praksis og problemer kan afdækkes med interviews af elever og ansatte på skolen. Det kan også ske ved en spørgeskemaundersøgelse.

2. trin – kvalificering af styregruppens medlemmer

Det er relevant, at alle i styregruppen sikrer sig basal viden om alkohol, rygning, stoffer, helbred og indlæringsparathed som grundlag for at gå ind i en debat om emnet, se boksen.

3. trin – normdiskussioner

Diskuter på skolen, hvilke normer der skal være vedr. rusmidler og rygning. Diskussionen fremmer den kollektive refleksion om rusmidler og kan fortsætte på klassebasis. En temadag kan give faglige input til en diskussion om biologiske, psykologiske og sociale konsekvenser. Gennem afstemninger kan klasserne tage stilling til forskellige værdiudsagn, der er formuleret på forhånd.

4. trin – dokumentation og præsentation

Der bør tages referat af diskussioner og indlæg i debatten. Dette materiale samles, bearbejdes og analyseres og kan danne grundlag for en redegørelse, som kan præsenteres på et fællesmøde blandt elever og ansatte. Det øger selvfølgelig legitimiteten, hvis eleverne ordret kan genkende nogle af deres udsagn.

5. trin – formulering af oplæg til en politik

På baggrund af materialet kan styregruppen formulere et oplæg til en rusmiddel- og rygepolitik, der skal omfatte alle elever og ansatte på uddannelsesstedet. Følgende kan præciseres i oplægget:

- ▶ Formål med politikken
- ▶ Rammerne for, hvor og hvornår brug af rusmidler og rygning ikke er tilladt på skolen
- ▶ Evt. undtagelser fra reglerne
- ▶ Støttemuligheder for elever og ansatte, der har problemer med eget eller andres brug af rusmidler, eller som ønsker hjælp til rygestop
- ▶ Navne på nøglepersoner, der skal formidle politikken og agere som kontaktpersoner.

Opdater din viden om rusmidler og rygning

Alkohol og helbred

Rygevaner, rygning og sygdom

Monitorering af unges livsstil og dagligdag (MULD)

Se Sundhedsstyrelsens hjemmeside,
www.sst.dk

6. trin – diskuter oplæg og formuler politik

Oplægget diskuteres på klassebasis eller i plenum. Ændringsforslag noteres og diskuteres – evt. med elevrådet som omdrejningspunkt. Derefter kan politikken formuleres af styregruppen. Det er hensigtsmæssigt, at politikken tager udgangspunkt i skolens eksisterende forhold, kultur og organisering, så den kan blive en naturlig del af skolens hverdag.

7. trin – formidling af politikken

Når rusmiddel- og rygepolitikken er formuleret, er næste skridt at få den kommunikeret til elever og ansatte. Det kan ske på fællesmøder og introdage, eller skriftligt på skolens hjemmeside, intranet, opslagstavler m.v. Det er hensigtsmæssigt, at nye elever gøres bekendt med politikken allerede ved optagelsen på skolen.

8. trin – opfølgning

Det anbefales at indføre en fast procedure for, hvornår og hvor tit styregruppen skal ajourføre skolens rusmiddel- og rygepolitik. Desuden bør nøglepersoner jævnligt holdes ajour via efteruddannelse og kurser om rusmidler, afhængighed og samtaleproblematik.



SÅDAN ER LOVEN

Den unge kan selv købe alkohol fra 16-års-alderen, mens alkohol over 16,5 % og tobaksvarer kan købes fra 18-års-alderen.



Eksempel på en rusmiddel- og rygepolitik

- ▶ Du skal overholde gældende lovgivning omkring rusmidler og rygning.
- ▶ Du må ikke indtage alkohol eller andre rusmidler i skoletiden, og du må ikke være påvirket af alkohol eller andre rusmidler, jvf. skolens ordensregler.
- ▶ Du må ikke ryge på skolens område, hverken inden- dørs eller udendørs. Heller ikke ved fester, café- arrangementer o.l.
- ▶ Der må ikke indtages alkohol på introture. I forbin- delse med undervisning på andre lokaliteter end skolens område – fx i forbindelse med ekskursioner – gælder skolens ordensregler. I forbindelse med ekskursioner træffes aftale mellem skolelederen, lærere og elever og evt. forældre om regler for ind- tagelse af alkohol uden for undervisningstiden.
- ▶ Sociale og kulturelle arrangementer uden for undervisningen finder sted under former, hvor der ikke udskænkes alkohol til unge under 18 år eller til unge, der er berusede – og hvor indtagelse af alko- hol for de øvrige begrænses. Finder arrangementer sted uden for undervisningstiden på tidspunkter,

hvor der den følgende dag er undervisning, sælges normalt kun kaffe, te, vand og sodavand. I særlige tilfælde – fx ved jubilæer – kan skolens leder dis- pensere.

- ▶ Fester arrangeres efter retningslinjer, der er aftalt mellem skolens leder og elevrådet. I forbindelse med skolens fester udskænkes ud over sodavand kun øl og vin til unge over 18 år. Skolen udskænker heller ikke alkohol til berusede elever. Skolen afviser stærkt berusede elever, kontakter forældrene og træffer foranstaltninger for de pågældende elever med henblik på afhentning.
- ▶ Det er forbudt selv at medbringe drikkevarer til skolens arrangementer. Vagter ved indgangen kan kontrollere, om der medbringes drikkevarer.
- ▶ Skolen stiller et beredskab til rådighed, der tager hånd om elever, der måtte have problemer i forbin- delse med eget eller andres forbrug af alkohol, hash og/eller andre stoffer.

Ovenstående er inspireret af Borupgårds gymnasiums rusmiddelpolitik.