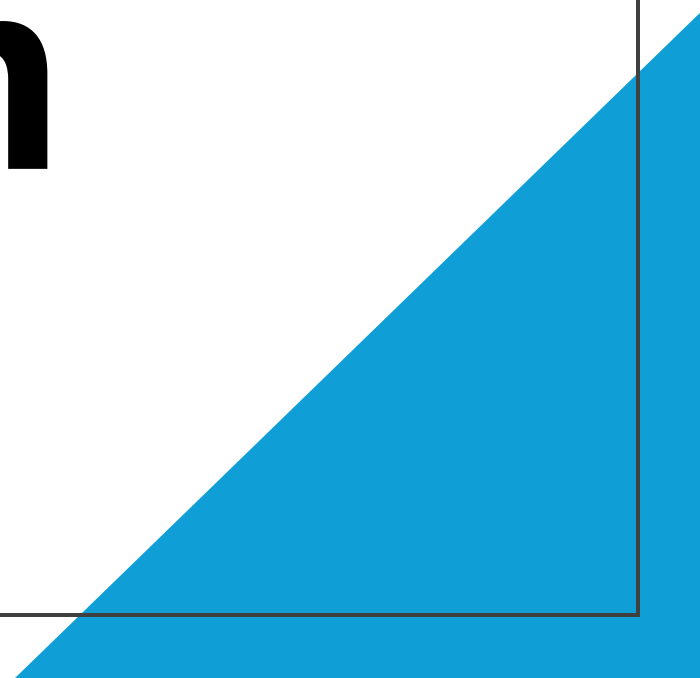


Velkommen



Felles mål

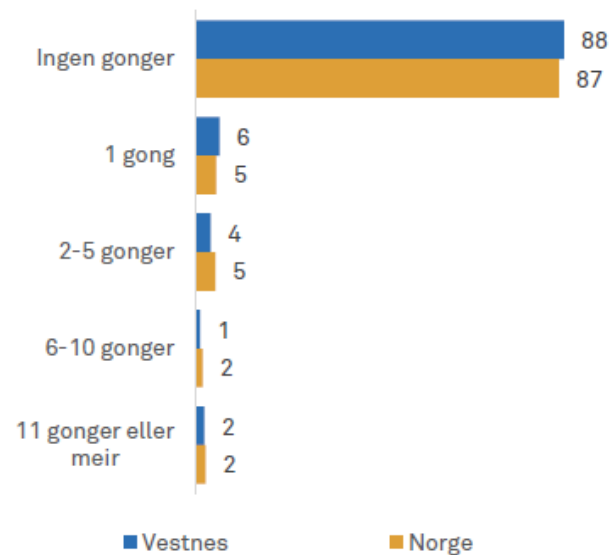
Trygge, sjølvstendige
ungdommar som tar kloke
val for seg sjølv



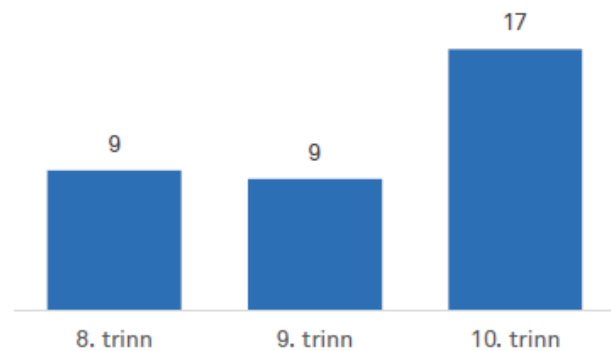
Agenda

- Innleiing ved skulane
- Politiet v/ Sindre Mittet
- SMUD v/ Julie Rypdal Eide
- 13+ v/John Sylte
- Vinmonopolet v/Åse Rypdal
- Jobbing med tre ulike Case presentert av Linda Talset og Åse Rypdal
- Oppsummering og vel heim!

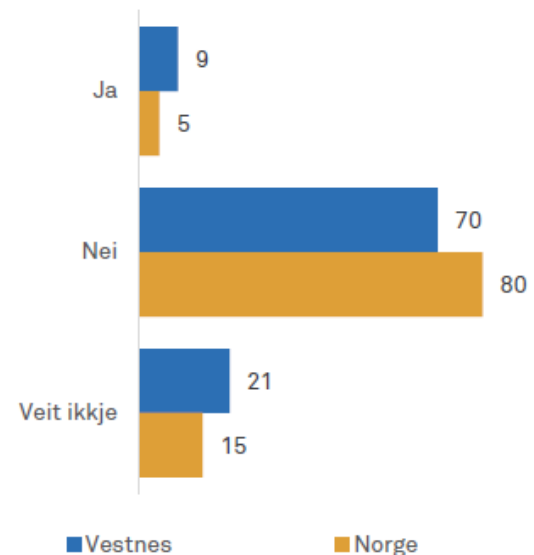
Kor mange gonger i løpet av det siste året har du vore rusa på alkohol? Vestnes kommune og nasjonalt



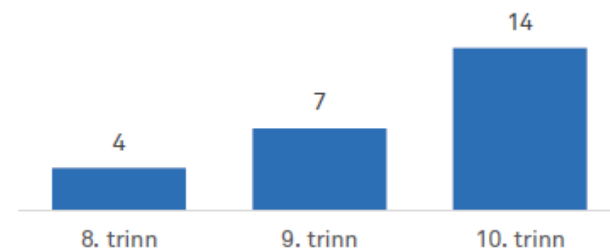
Prosentdel som har vore rusa på alkohol i løpet av det siste året. Blant elevar på ulike klassetrinn



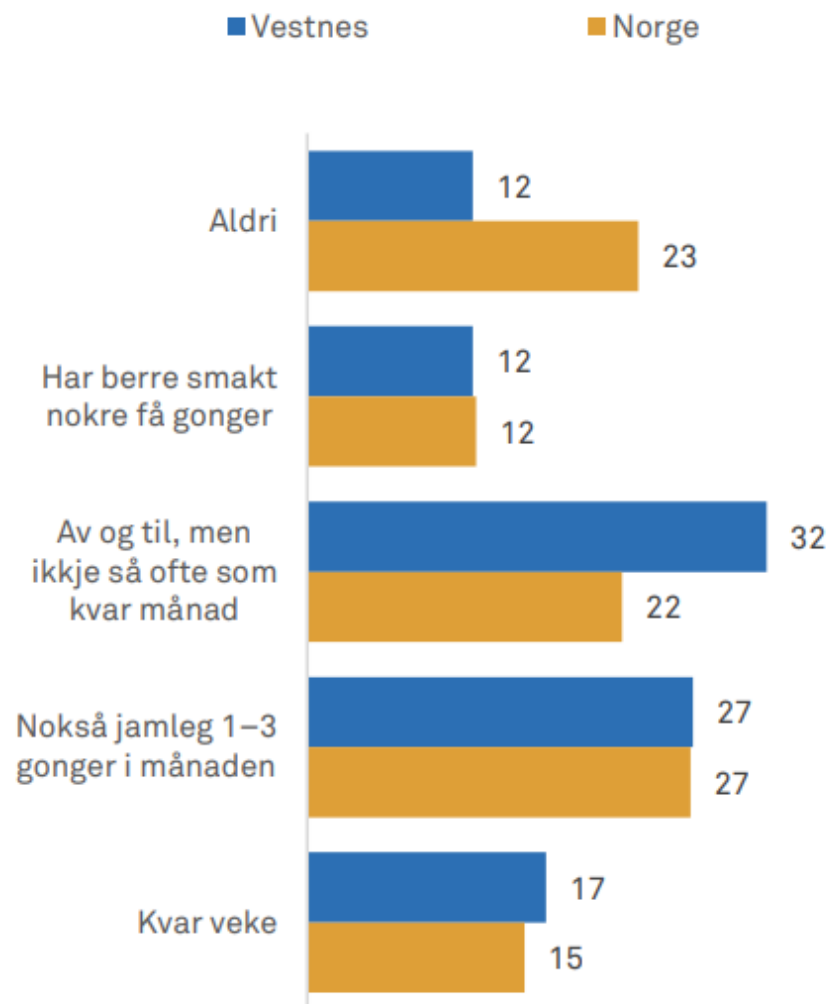
Får du lov av dine foreldre/føresette til å drikke alkohol? Vestnes kommune og nasjonalt



Prosentdel som får lov av foreldra/dei føresette til å drikke alkohol. Blant elevar på ulike klassetrinn

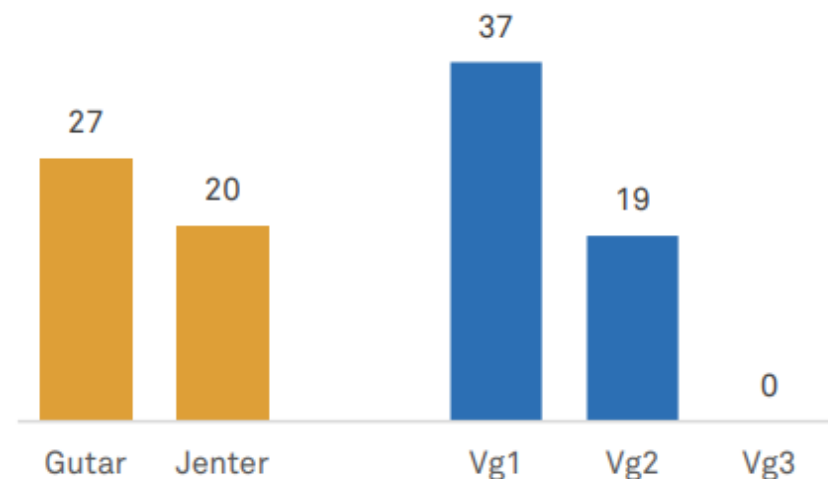


Hender det at du drikk noka form for alkohol? Prosent i Vestnes kommune og nasjonalt

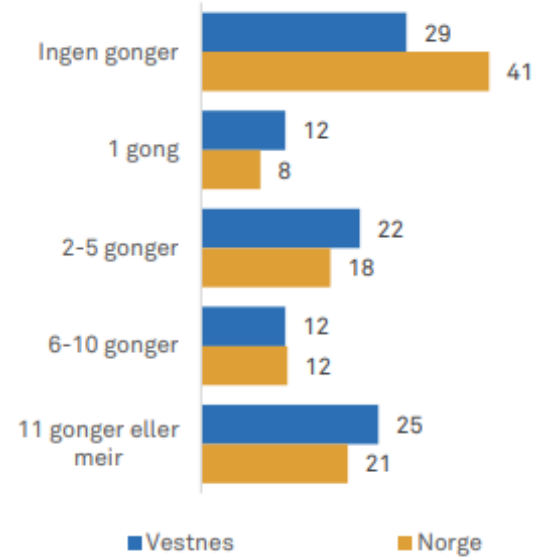


” De fleste debuterer med alkohol i løpet av åra på vidaregåande

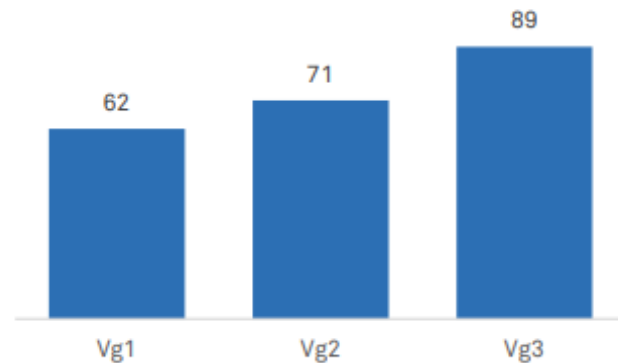
Prosentdel som aldri har smakt alkohol eller berre har smakt nokre få gonger. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



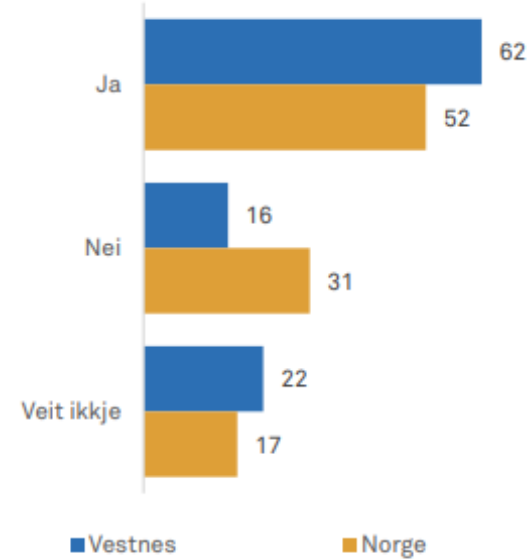
Kor mange gonger i løpet av det siste året har du vore rusa på alkohol? Vestnes kommune og nasjonalt



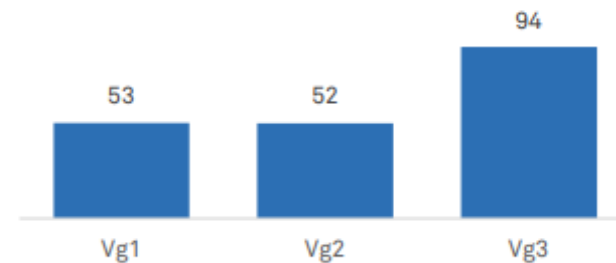
Prosentdel som har vore rusa på alkohol i løpet av det siste året. Blant elevar på ulike klassetrinn



Får du lov av dine foreldre/føresette til å drikke alkohol? Vestnes kommune og nasjonalt



Prosentdel som får lov av foreldra/dei føresette til å drikke alkohol. Blant elevar på ulike klassetrinn



Narkotika

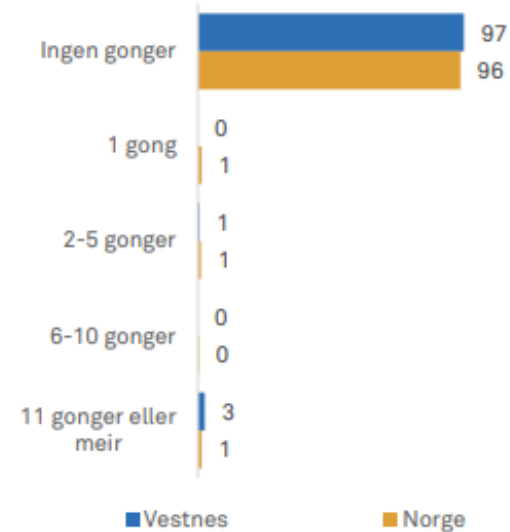
Narkotika og ungdom er eit tema som ofte vekker mye uro og som får stor merksemd i det offentlege ordskiftet. Til dømes har spørsmål om legalisering av narkotika vore mykje debattert dei seinare åra i samanheng med forslag om å innføre nye måtar for samfunnet å reagere på bruk og oppbevaring av narkotika.

Ungdata viser at dei aller fleste norske ungdommar ikkje bruker narkotika. Samtidig viser det seg – i likskap med andre rusmiddel – at prosentdelen som har prøvd narkotiske stoff aukar etter kvart som ungdom blir eldre. På ungdomstrinnet er det vanlegvis få som har erfaringar med denne typen rusmiddel. Samtidig er det ein del som rapporterer at hasj eller marihuana er stoff dei fått tilbod om. Blant elevar i vidaregåande er det derimot ein god del som har prøvd narkotiske stoff.

Prosentdelen som rapporterer å ha brukt narkotika, er vanlegvis en del høgare blant gutar enn jenter.

” **Bruk av narkotika blant ungdom vekker ofte mykje merksemd**

Kor mange gonger i løpet av det siste året har du brukt hasj eller marihuana? Vestnes kommune og nasjonalt



Prosentdel som har brukt hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Blant elevar på ulike klassesertrinn

Denne figuren blir ikkje vist fordi talgrunnlaget er for lite

8. trinn

9. trinn

10. trinn

Narkotika

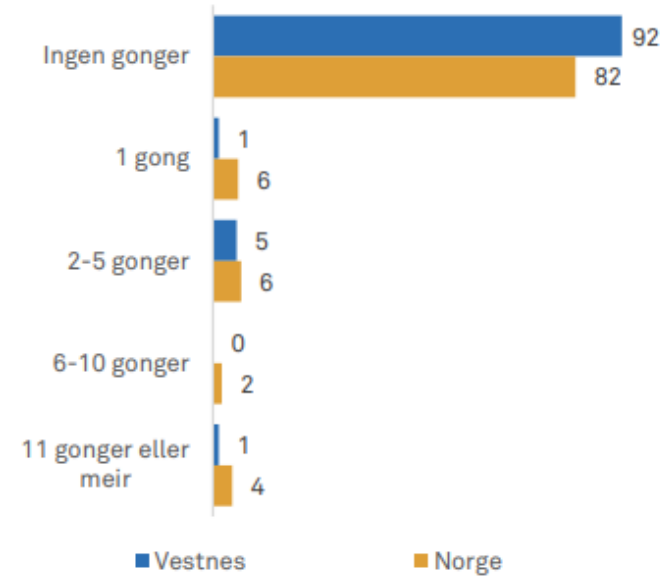
Narkotika og ungdom er eit tema som ofte vekkjer mye uro og som får stor merksemd i det offentlege ordskiftet. Til dømes har spørsmål om legalisering av narkotika vore mykje debattert dei seinare åra i samanheng med forslag om å innføre nye måtar for samfunnet å reagere på bruk og oppbevaring av narkotika.

Ungdata viser at dei aller fleste norske ungdommar ikkje bruker narkotika. Samtidig viser det seg – i likskap med andre rusmiddel – at prosentdelen som har prøvd narkotiske stoff aukar etter kvart som ungdom blir eldre. På ungdomstrinnet er det vanlegvis få som har erfaringar med denne typen rusmiddel. Samtidig er det ein del som rapporterer at hasj eller marihuana er stoff dei fått tilbod om. Blant elevar i vidaregåande er det derimot ein god del som har prøvd narkotiske stoff.

Prosentdelen som rapporterer å ha brukt narkotika, er vanlegvis en del høgare blant gutar enn jenter.

” **Bruk av narkotika blant ungdom vekkjer ofte mykje merksemd**

Kor mange gonger i løpet av det siste året har du brukt hasj eller marihuana? Vestnes kommune og nasjonalt



Prosentdel som har brukt hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Blant elevar på ulike klassetrinn

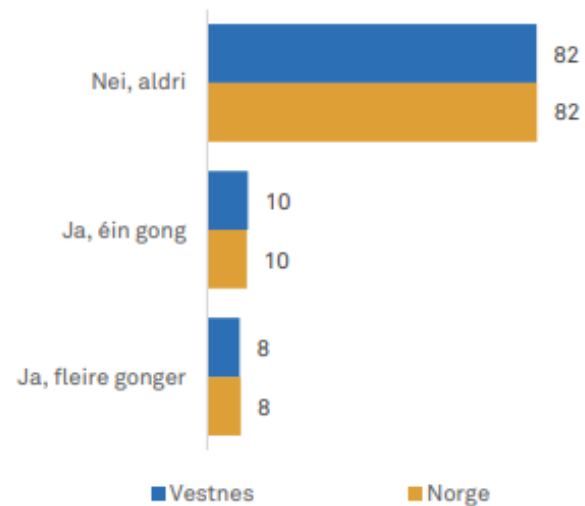
Denne figuren blir ikkje vist fordi talgrunnet er for lite

Vg1

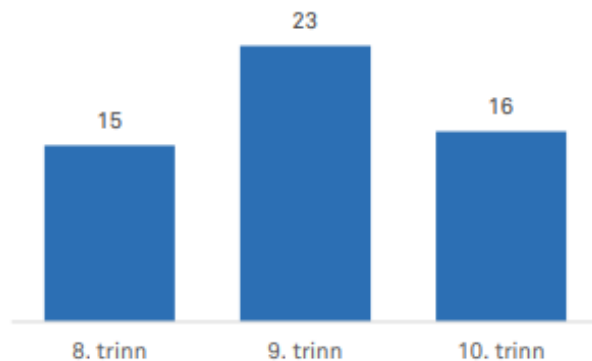
Vg2

Vg3

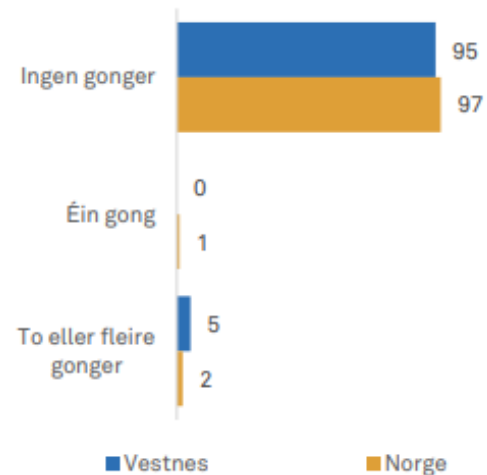
Har du fått tilbud om hasj eller marihuana i løpet av det siste året? Vestnes kommune og nasjonalt



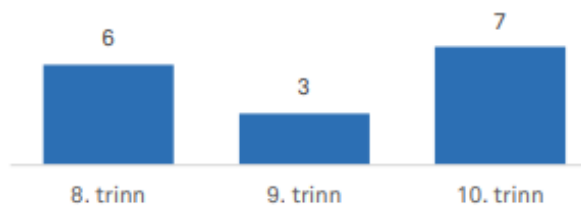
Prosentdel som har fått tilbud om hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Blant elevar på ulike klassetrinn



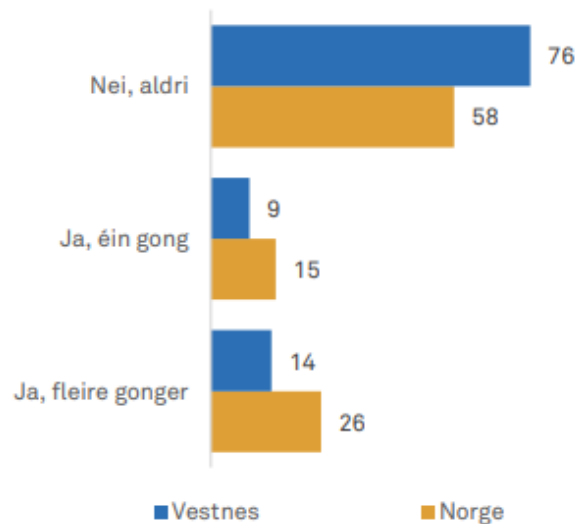
Kor mange gonger i løpet av det siste året har du brukt andre narkotiske stoff enn hasj eller marihuana? Vestnes kommune og nasjonalt



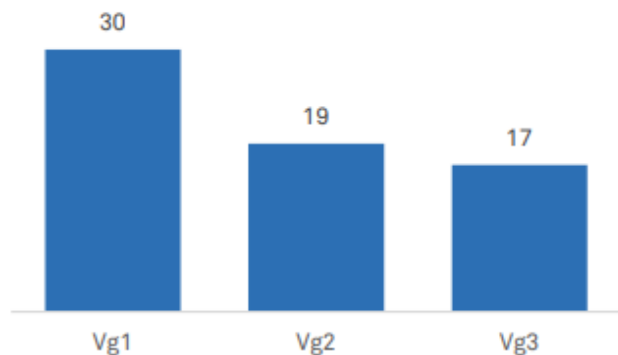
Prosentdel som har brukt andre narkotiske stoff enn hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Blant elevar på ulike klassetrinn



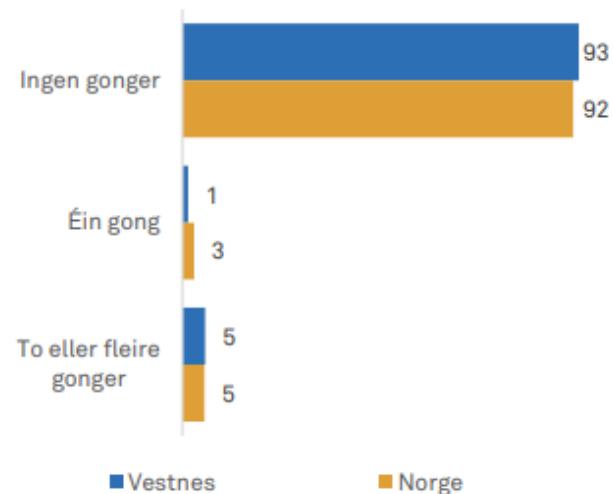
Har du fått tilbud om hasj eller marihuana i løpet av det siste året? Vestnes kommune og nasjonalt



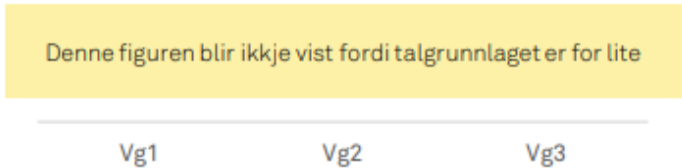
Prosentdel som har fått tilbud om hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Blant elevar på ulike klassetrinn



Kor mange gonger i løpet av det siste året har du brukt andre narkotiske stoff enn hasj eller marihuana? Vestnes kommune og nasjonalt

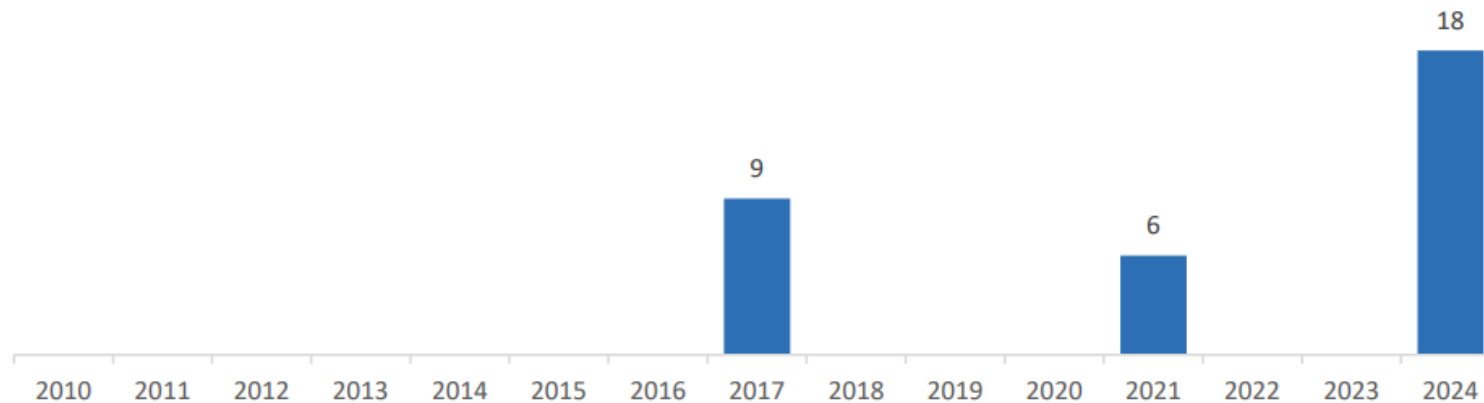


Prosentdel som har brukt andre narkotiske stoff enn hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Blant elevar på ulike klassetrinn



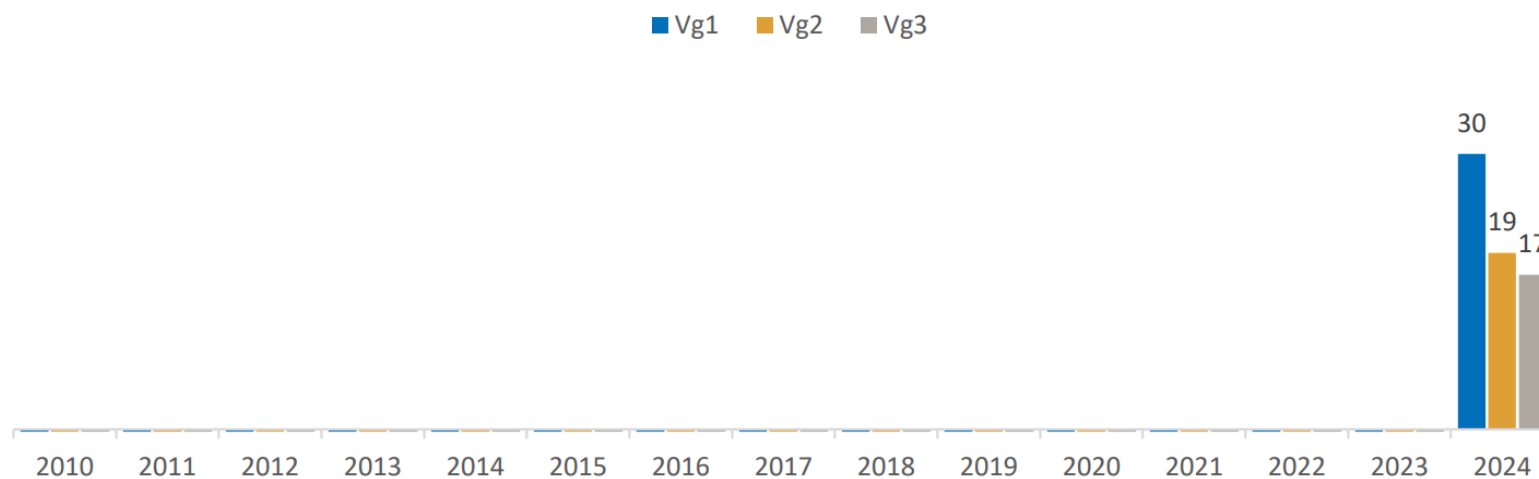
Tidstrend i Vestnes kommune.

Prosentdel av elevane på ungdomstrinnet som har fått tilbod om hasj eller marihuana i løpet av det siste året



Tidstrend i Vestnes kommune.

Prosentdel av elevane på vidaregåande som har fått tilbod om hasj eller marihuana i løpet av det siste året



Vaping (e-sigarettar) er forbode i mange samanhengar **sjølv utan nikotin**, særleg i skular og for mindreårige. Det er fleire **tydelege grunnar** til dette:

1. Det er ikkje ufarleg – heller utan nikotin

Sjølv nikotinfri damp inneheld stoff som kan vere skadelige:

- ultrafine partiklar som kan trengje djupt ned i lungene
- kjemikaliar frå aroma (t.d. diacetyl og aldehyd)
- stoff som kan irritere luftvegane og gi betennelsesreaksjonar

Forsking viser at **lunger og hjerne hos barn og unge er ekstra sårbare**, sjølv utan nikotin.

2. Risiko for normalisering og vidare bruk

Vaping utan nikotin:

- senkar terskelen for seinare bruk av **nikotinhaldige produkt**
- normaliserer røyk-liknande åtferd
- aukar risikoen for overgang til snus, sigarettar eller nikotinvaping

Difor blir nikotinfri vaping sett på som ein **startarena**, ikkje eit trygt alternativ.

3. Vanskeleg å kontrollere innhald

I praksis er det:

- **svært vanskeleg å vite** om ein vape faktisk er heilt utan nikotin
- mange produkt som er feilmerkte eller importerte privat
- lite kontroll med styrke, kvalitet og tilsetjingsstoff

Forbod gjer tilsyn og handheving mogleg.

4. Lovverk og føre-var-prinsippet

I Noreg og mange andre land gjeld:

- **forbod mot e-sigarettar for barn og unge**, uavhengig av nikotin
- skular har plikt til å tilby eit **helsefremjande og trygt miljø**
- lovverket byggjer på føre-var-prinsippet når helseeffektane ikkje er fullt ut kjende

5. Skulemiljø og rollemodellar

I skulesamheng handlar forbodet òg om:

- like reglar for alle
- førebygging av uønskt kultur og press
- tydelege vaksne grenser
- tryggleik og trivsel i læringsmiljøet

Kort sagt:

Vaping utan nikotin er forbode fordi det ikkje er risikofritt, kan føre vidare til nikotinbruk, er vanskeleg å kontrollere og strir mot målet om eit trygt og helsefremjande miljø – særleg for barn og unge.



Dokument:

Rusførebygging i skolen (Rusplan)

Last ned som PDF

Søk i dokumentet

Skriv her



Innleiing

1 Om rusplan for vidaregåande opplæring

2 Førebygging i skolen

2.1 [For skolen](#)

2.2 [For elevar](#)

2.3 [For foreldre](#)

3 Tidleg innsats

3.1 [Teikn og signal](#)

3.2 [Rutinar](#)

3.3 [Samtalerettleiar](#)

4 Eleven som pårørande

3.1 Teikn og signal

3.1 Teikn og signal

Eksempel på signal som kan gi grunnlag for bekymring, men som ikkje treng å bety at ein ungdom brukar rusmiddel:

- likegyldigheit til prestasjonar på skolen
- fråvær frå skole/arbeid, forsøv seg ofte og gløymer avtalar
- endring i humør og temperament
- ofte trøytt over tid
- kjenslemessig ustabilitet, kroppsleg uro, angst, konsentrasjonsproblem og er trist
- skifte av vennar og problem med å høyre til sosialt
- endra allmenntilstand
- åtferd som kan tyde på at eleven er rusa.

Signal på at eleven rusar seg er ulik for kvar enkelt. Framhev positive kjenneteikn og åtferd som bidrar til å inkludere ungdommen.

Les Helsedirektoratet sine faglege retningslinjer "[Tidlig oppdagelse av utsatte barn og unge](#)"



Dokument:

Rusførebygging i skolen (Rusplan)

[Last ned som PDF](#)

Søk i dokumentet

Skriv her



Innleiing

1 Om rusplan for vidaregåande opplæring**2** Førebygging i skolen **2.1** [For skolen](#)**2.2** [For elevar](#)**2.3** [For foreldre](#)**3** Tidleg innsats **3.1** [Teikn og signal](#)**3.2** [Rutinar](#)**3.3** [Samtalerettleiar](#)**4** Eleven som pårørande

2.3 For foreldre

Kva kan du gjere?

- Ver eit godt førebilete.
- Skaff deg informasjon om rusmiddel og skadar.
- Set tydelege grenser. Forsking viser at ungdom drikk mindre dersom du som forelder set tydelege grenser. Eit redusert alkoholinntak førebygger også utprøving av andre rusmiddel.
- Ikkje send med ungdommen alkohol på fest.
- Ta kontakt med, og allier deg med andre foreldre og lag felles avtalar.
- Ta kontakt med hjelpetjeneste i kommunen eller skolen om du har spørsmål om rusmiddel, eller er bekymra for ungdommen sitt rusmiddelbruk.

Visste du at..

- dei fleste ungdommar høyrer og vektlegg kva føresette meiner om rusmiddelbruken deira?
- dei fleste ungdommar ønsker at føresette har klare haldningar og set tydelege grenser?

Sjekkliste: Hva kan du gjøre?

1 Sett tydelige regler

Det å være forelder er ikke en popularitetskonkurranse. Ved å sette grenser viser du at du er til å stole på. Vær klar på at du ikke aksepterer at barnet ditt drikker før de er 18. De kan bruke deg som «unnskyldning» i sosiale situasjoner.

2 Gi frihet gradvis – og hold oppsyn

Gi tenåringsen mer ansvar og frihet etter hvert som de viser at de kan håndtere det. Venner har stor innflytelse – følg med på hvem de er sammen med, både fysisk og på nett. Å vise interesse uten å kontrollere, gir trygghet og åpner for gode samtaler om verdier, valg og gruppepress.

3 Vær tilgjengelig – uansett

Si tydelig at ungdommen kan kontakte deg når som helst, også hvis de har gjort noe de ikke har lov til. Det viktigste er at de kommer seg trygt hjem. Alvorspraten kan vente til neste dag.

4 Ikke gi barnet ditt alkohol

Selv små mengder alkohol hjemmefra kan få ungdom til å tro at det er greit å drikke. Du har ikke kontroll på om de drikker mer, eller om andre får tak i alkoholen. Oppbevar alkohol hjemme slik at det ikke er lett tilgjengelig, for eksempel i et låst skap.

5 Allier deg med andre foreldre

Snakk sammen om grenser for alkohol og festing, både i «fredstid» og i forkant av fest. Felles rammer gjør det lettere for ungdom å stå imot press. Samkjør gjerne henting fra fest, så vet ungdommen at noen voksne følger med.

6 Tenk gjennom eget alkoholbruk

Ungdom kopierer ofte foreldres alkoholvaner. Vær bevisst på hvilke signaler du sender og hvordan alkohol brukes når ungdom er til stede, både i hverdagen og på fest.

Alkohol

Sjekkliste: Hva kan du gjøre?

Det er mye du kan gjøre for å forebygge ulovlig rusbruk hos ungdommen din.

1 Ha oversikt over venner og fritid

Ungdom tester sjelden rus alene. Å vite hvem barnet ditt er sammen med, og hvor de oppholder seg, gir deg et viktig utgangspunkt. Samarbeid gjerne med andre foreldre og be om å få kontaktinformasjon ved overnatting eller fest.

2 Sett tydelige grenser

Vis at du har tillit til at barnet ditt vil ta gode valg, samtidig som du er tydelig på hva som er greit og ikke. Vær tydelig på at du ikke aksepterer ulovlig rusbruk, og forklar hvorfor. Klare regler gir også ungdom en «unnskyldning» hvis de opplever press.

3 Lær litt om rus og trender

Du trenger ikke være ekspert, men det er bra å vite litt om rusmidler, vanlige slangord, og hvordan det påvirker kroppen. Test dine kunnskaper sammen med ungdommen med [Kahoot-quiz](#) om rus.

4 Utsett og begrens alkohol

Jo tidligere og mer ungdom drikker [alkohol](#), desto større er risikoen for å prøve andre rusmidler. Følg aldersgrenser, ikke send med alkohol på fest, ha dialog med andre foreldre, og hjelp til å arrangere rusfrie treff.

5 Følg med på pengebruk

Vær oppmerksom på kontantuttak, overføringer til ukjente eller et uvanlig stort pengebehov. Er du usikker, se på kontoen sammen og snakk om hva pengene går til.

6 Ta grep hvis du er bekymret

Hvis du er urolig for at ungdommen har testet rus, eller er i et miljø der andre bruker det, er det viktig å handle tidlig. Skaff oversikt, snakk med ungdommen og vurder hvem du kan få hjelp fra.

Ulovlege
rusmidler