



# Inspiration til konkrete initiativer

Der kan bidrage til en sund ungekultur – uden røg, stoffer om med  
et begrænset alkoholforbrug



# Inspiration

Opgaveudvalget Unges Sundhed og Trivsel – Røg, stoffer og alkohol har sammen med to arbejdsgrupper og en række fagpersoner formuleret og kvalificeret idéer til konkrete initiativer, der kan bidrage til at fremme en sund ungekultur – uden røg, stoffer og med et begrænset alkoholforbrug.

Denne oversigt er tænkt som inspiration til det kommende arbejde med at implementere udvalgets anbefalinger.

Oversigten starter med 12 udvalgte initiativer, som udvalget særligt vil fremhæve. Herefter følger en række supplerende initiativer, der yderligere kan indtænkes i arbejdet med at fremme det gode ungeliv i Gentofte.



## ❖ Øget engagement blandt unge



### Unge er med til at sætte mål for kommunal retning og lokale indsatser

Med udgangspunkt i aktuel viden om Gentofte-unges trivsel og rusadfærd skal unge inviteres med til at formulere årlige mål for arbejdet med at sikre det bedste ungeliv. Unge inviteres samtidigt med til at formulere, målsætte og gennemføre lokale indsatser.

Målgruppe: Unge fra udskolingen og ungdomsuddannelser.

Målsætning: Øget ungeengagement, ejerskab og forståelse for egen situation.



### Aktiviteter på tværs af skoler og ungdomsuddannelser

Skab en masse sjove aktiviteter og konkurrencer på tværs af skolerne. Dyst i skak, motion, billedkunst, fodboldkampe, dansekonkurrencer etc. Unge skal være medskabere af aktiviteterne.

Målgruppe: Børn og unge 7-20 år.

Målsætning: Adgang og inspiration til positive fællesskaber, som alternativ til fest-fællesskaber.



### Ressourcepersoner på skoler og ungdomsuddannelser

Mulighed for at grundskoler og ungdomsuddannelser kan have en ressourceperson tilknyttet med særligt fokus på at styrke trivslen, ungeengagement og de beskyttende faktorer for unges rusadfærd – herunder forældredialogen.

Målgruppe: Børn og unge ml. 10-20 år.

Målsætning: At øge engagementet blandt unge og forældre og styrke forældre-skole samarbejdet.

## ❖ Øget engagement blandt forældre



### Forældremøder og -vejledning med udgangspunkt i data

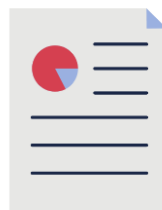
Forældremøder og forældrevejledning med udgangspunkt i konkret og vedkommende data.

Mulighed for at lade fagpersoner bidrage med faglige input, oplæg, vejledning og perspektiver.

Hvordan kan forældre stå stærkt, have en fælles holdning og tage ansvar for deres børns rusadfærd?

Målgruppe: Forældre og elever i udskolingen (og eventuelt på ungdomsuddannelser).

Målsætning: At øge forældreengagement ved at skabe forståelse, ejerskab og fælles holdninger.



### Fælles holdning - forældrekontrakter

Årligt oplæg i den enkelte klasse på forældremøder i udskolingen om den lokale rusadfærd, kombineret med fakta om, hvad og hvorfor forskellige indsatser virker/ikke virker. Oplægget skal danne udgangspunkt for en drøftelse og formulering af forældrekontrakter (mellem forældre).

Unges perspektiv kan inddrages, men ansvaret og den fællesbeslutning er forældrenes.

Skolen skal rammesætte (sikre) hvornår samtale og kontrakter indgås.

Målgruppe: Forældre til elever i udskolingen (fra 7. kl.).

Målsætning: Øget forældreengagement. Færre unge ryger, drikker og tager stoffer.



### Konstruktive måltider

Lokale madlavningsaktiviteter og samspisning med mulighed for debat og oplæg fra unge og voksne.

Målgruppe: Unge og deres forældre.

Målsætning: At bidrage til større forældreengagement, mere ungedeltagelse og forståelse på tværs.

## ❖ Flere unge deltager i positive fritidsaktiviteter



### Flere alkoholfrie arrangementer

Skab mulighed for at unge kan afholde flere fester, sports- og sociale arrangementer uden alkohol.

Afhold fx en konkurrence ”årets fest - uden alkohol”.

Unge skal være drivkræfter for arrangementerne.

Målgruppe: Unge på ungdomsuddannelser.

Målsætning: Øget ungeengagement og deltagelse i positive fritidsaktiviteter.



### Trivselsambassadører i foreninger

Uddannelse af trivselsambassadører i foreninger med unge under 25 år.

Trivselsambassadører skal have fokus på inklusion, trivsel, fællesskab, fastholdelse, og sikre at fx klub, holdledere, trænere og forældre har samme fokus – som fx at styrke beskyttende faktorer for unges rusadfærd.

Målgruppe: Foreninger (forældre).

Målsætning: At inkludere og fastholde unge i positive foreningsaktiviteter.



### Åben forening

Et koordineret tilbud til unge om at afprøve forskellige forenings- og fritidstilbud. Kan fx afholdes på en særlig weekend eller uge, a la Gentoftenatten.

Foreninger med tilbud til unge holder åbent og giver unge mulighed for (uforpligtende) at prøve kræfter med en foreningsaktivitet.

Målgruppe: Unge og foreninger

Målsætning: Flere unge deltager i positive fritidsaktiviteter.

## ❖ Vi skal arbejde med en ny ungekultur



### **Ingen røg, stoffer og alkohol for unge under 16 år og voksne rollemodeller på uddannelsesinstitutioner og i foreninger**

En fælles beslutning om at røg, stoffer og alkohol for unge under 16 år og voksne rollemodeller i uddannelses- og foreningstiden ikke hænger sammen.

Målgruppe: Medlemmer af kommunalbestyrelsen i Gentofte Kommune, foreninger og uddannelsesinstitutioner.

Målsætning: Inge unge under 16 år ryger og drikker alkohol.



### **Faresignal-kursus**

Professionelle omkring unge skal "uddannes" i at læse faresignaler (elever der udviser tegn på en risikoadfærd).

Målgruppe: Voksne omkring unge.

Målsætning: At nedbringe risikoadfærden blandt unge ved at hjælpe flere før et egentligt problematisk forbrug finder sted.



### **Samarbejde med handelsstanden**

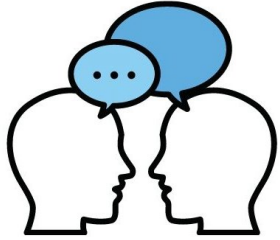
En koordineret indsats for at sikre, at der ikke sælges øl/cigaretter til unge ulovligt.

Skabe et positivt incitament for ikke at sælge røg og alkohol til unge. Nudging-tankegangen anvendes.

Målgruppe: Handelsstanden.

Målsætning: At stoppe rygningen og begrænse alkoholforbruget blandt Gentofte-unge.

# Supplerende initiativer



## Caféer, debat mm

Faglige arrangementer, hvor forældre og unge kan lære hinanden at kende og skabe grobund for en tættere dialog.

Faglige oplæg og drøftelser. Samtaleguide unge/forældre

Målgruppe: Elever og forældre til elever på ungdomsuddannelser

Målsætning: Øget forældre- og ungeengagement



## Fællesdag

Alle elever på ungdomsuddannelse samles i Kildeskovhallen og hører oplæg, men vigtigst af alt taler med hinanden på tværs.

Følges op af workshops og aktiviteter på de enkelte ungdomsuddannelser

Målgruppe: Førsteårselever på ungdomsuddannelser

Målsætning: Øget forståelse og engagement blandt unge. Inge unge tager stoffer



## Ungeinvolvering i foreninger

Unge skal have øget mulighed medbestemmelse i foreninger. Fx brug af klubkassen

Målgruppe: Unge i foreninger

Målsætning: Øget tilhørsforhold, fællesskab og fastholdelse i organiseret fritidsaktiviteter





## Debatforum for og af unge

At skabe diskussionsrum (faste og pop-up), hvor unge kan:

- Diskutere aktuelle udfordringer (fx med udgangspunkt i lokal data)
- Diskutere cases og hypotetiske situationer som har relevans for de problematikker unge befinder sig i.

Målgruppe: Unge

Målsætning: Ungeinddragelse, øget perspektiv og refleksion



## Ung til ung - indsatsbeskrivelse

Unge er med til at formulere, målsætte og gennemføre indsatser.

Målgruppe: Unge

Målsætning: Øget ejerskab og engagement blandt unge

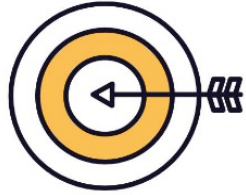
## Kampagne

### Kampagne: A la But why?

Kampagner a la But Why? Og objektive og informative video-spots der forklarer kort- og langsigtede følger ved fx stof-indtag

Målgruppe: 13-25årige

Målsætning: Øget ungeengagement. At unge tænker selv og handler på et informeret grundlag



## Politisk manifest

Formulering af et politisk manifest med ambitionsniveau for alkoholindtaget blandt unge i Gentofte Kommune.

Afsætte ressourcer efter ambitionsniveau

Målgruppe: Politikere i KB

Målsætning: Formulering af en tydelig kommunikeret ambition om at forbedre alkoholstatistikken blandt unge i Gentofte Kommune

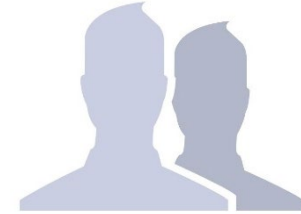


## Øget adgang til udeliv

Indretning af flere udendørs overnatningsmuligheder i parker ol. Så unge og voksne kan være sammen i naturen.

Målgruppe: Politisk/Administrativ beslutning til gavn for unge og voksne.

Målsætning: Adgang til positive aktiviteter og fællesskaber



## ”Indberetning” til forældre

Hvis en elev bryder regler ift. rygning, alkohol og stoffer SKAL forældre underrettes og der skal påbegyndes en dialog.

Målgruppe: Forældre til elever på ungdomsuddannelser

Målsætning: Øget forældreengagement og dialog, og mindre rusadfærd blandt elever på ungdomsuddannelser



## Kampagne

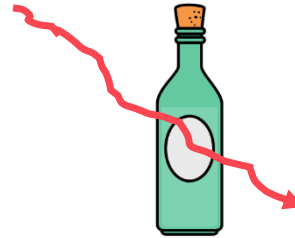
### **Kampagne: Har du talt med dit barn i dag?**

Kampagne der viser sammenhæng mellem forældrekontakt/forældreengagement og unges brug af rusmidler.

Erfaringer fra Island

Målgruppe: Forældre

Målsætning: At øge forældreengagementet og forældre-ung kontaktet



### **Begrænsede alkoholbevillinger**

Nedbringe antallet af alkoholbevillinger i Gentofte Kommune – steder hvor unge færdes.

Målgruppe: Politikere i KB og på administrationen på Gentofte Rådhus

Målsætning: At færre unge drikker

# Trivselsrettede initiativer



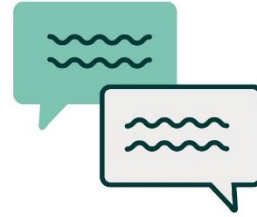
## Uddannelsesvejledning med forældre

Forældre inviteres med i dialogen omkring uddannelsesvalget. Valget tages senest 1. marts, så dialogen skal tages før 1. marts. Der skal informeres om valg og valgprocesser samt uddannelsessystemet, uddannelsesparathedsvurdering og adgangskrav.

Forløbet kan evt. opdeles i 2 møder: 1. møde om valg og valgprocesser i slutningen af 8. klasse og 2. møde med den mere tunge information i efteråret i 9. klasse.

Målgruppe: Forældre til unge i udskolingen

Målsætning: At kvalificere unges uddannelsesvalg, skabe større engagement blandt forældre og mindske forventningspres fra forældre (og unge selv)



## Feedback

Mere skriftlig/mundtlig feedback og færre karakterer.

Målgruppe: Elever på udskoling og ungdomsuddannelser

Målsætning: At elever fokuserer på egen læring og udviklingspotentiale og herigennem oplever mindre præstationspres og højere trivsel.



## Brobygning/buddyordning

Lade unge være med til at skabe initiativer og aktiviteter der går på tværs af aldersgrupper.

Arbejde med venskabsklasser

Målgruppe: elever i 8. klasse til 3. g.

Målsætning: Skabe bedre fællesskab, tryghed og tilhørsforhold



## Fra fravær til selvværd

Mulighed for at få "lovligt" fravær, hvis en elev skal/har brug for samtaler i fx Headspace el.lign.

Målgruppe: Elever i grundskolen og på ungdomsuddannelserne

Målsætning: At øge trivslen blandt unge, og skabe mere fokus på forebyggelse af mental sundhed.



## Slet én karakter

Unge skal have mulighed for at slette én valgfri karakter ved afslutning af ungdomsuddannelsen/grundskolen.

Målgruppe: Unge på ungdomsuddannelser/grundskoler

Målsætning: Mindre præstationspres og mere fokus på processen/læringen



## Årlige samtaler

Obligatoriske trivselssamtaler, der giver unge mulighed for at bringe egen trivsel og livssituation på banen.

Målgruppe: Elever i udskolingen og på ungdomsuddannelser

Målsætning: Øget trivsel og øget robusthed ift. at kunne navigere i en ruskultur.

”Sammenlagte” initiativer

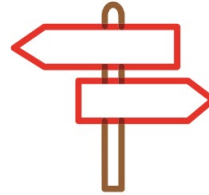


## Unge sætter målene - lokalt

Med udgangspunkt i data for den enkelte skole/ungdomsuddannelse skal eleverne vælge mål for det kommende skoleår og formulere indsatser. Indenfor klart definerede rammer og i dialog med fagpersoner/voksne.

Målgruppe: Unge på skoler og ungdomsuddannelser

Målsætning: Øget ungeengagement, ejerskab og forståelse for egen situation



## Forældrevejledning

Udvikling af et koncept for forældrevejledning. Hvordan kan forældre stå stærkt, og handle i konkrete tilfælde, hvor børn drikker, ryger, tager stoffer eller dummer sig på anden måde.

Aflive myter, flertalsmisforståelser mm og hjælpe forældre til at få en fælles holdning og ”stå fast” herpå – og tage ansvar.

Målgruppe: Forældre til elever i udskoling og på ungdomsuddannelser

Målsætning: Øget forældreengagement og ændret rusadfærd blandt unge



## Åben Skole – nu med fritid

Åben Skole-besøg af fritids- og kulturtilbud med henblik på at inspirere unge til deltagelse i klubber.

Suppleres af en aktuel aktivitet, faciliteret af ressourceperson fra forening eller lignende.

Målgruppe: Udskolings elever

Målsætning: Flere unge deltager i organiseret fritidsaktiviteter