

Klar livet – uden røg og rusmidler

Status 2023



Klar livet – uden røg og rusmidler

Kommunerne på Vestegnen og Sydamerger har siden 2020 samarbejdet i den 10-årige indsats *Klar livet – uden røg og rusmidler*.

Formålet at styrke unges muligheder i livet ved at fremme deres mentale sundhed samt mindske deres forbrug af alkohol, stoffer og tobak.

Indsatsen tager udgangspunkt i KKR-Hovedstadens fælles strategi for unges fysiske og mentale sundhed samt en røg- og nikotinfri generation 2030.

Vi ønsker at ruste vores unge til at blive gode aktører i eget liv, så de kan håndtere de mange udfordringer, de uvægerligt vil møde i ungdomslivet.

Læs mere på www.klarlivet.dk



Databaseret indsats

- Kommunerne i samarbejdet indhenter data fra elever i 9. klasse via Ungeprofilundersøgelsen.
- Data herfra bruges internt i kommunerne til at tage pejling i forhold til indsatser i de arenaer, hvor børn og unge færdes.
- Via 13 udvalgte indikatorer er det muligt at benchmarke udviklingen på tværs af kommunerne på de tre pejlemærker:
 - deltagelsesmuligheder
 - fysisk sundhed
 - tryghed



Tre pejlemærker sætter retning



Deltagelsesmuligheder

Alle unge har mulighed for at deltage i fællesskaber og aktiviteter, som de selv har indflydelse på, og hvor de trives og kan styrke deres fysiske, psykiske og sociale kompetencer



Fysisk sundhed

Alle unge har en hverdag uden røg og rusmidler med bevægelse og en oplevelse af god livskvalitet






Tryghed

Alle unge har ret til oplevelse af tryghed både online, i deres nærmiljø, hvor de bor og hvor de går i skole



Benchmark på 13 indikatorer

Benchmark på indikatorer skoleåret 2022/2023

Indikatorer	Albertslund	Brøndby*	Dragør	Glostrup	Hvidovre	Køje-Taastrup	Ishøj*	Rødovre	Tårnby	Vallensbæk	Hele landet	Vores mål	Spørgsmålet
Deltagelsesmuligheder 													
Er du med i fællesskabet i klassen?	79	84	89	80	80	85	85	83	76	81	83	95	Minimum 95 pct. svar Ja altid eller ja for det meste på at de er med i fællesskabet i klassen
Hvor tit gør du følgende i din fritid? Går til sport i en forening eller klub	47,2	38,3	65,9	60,1	51	53,8	57	60	48,4	46,4	53,1	50	Min 50 pct. svarer ja til at de går til organiseret idræt minimum 1-3 gange om måneden
Har du nogen voksne at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?	84	89	88	89	90	89	88	90	88	83	89	95	Min. 95 pct. svarer 'Ja, altid' eller 'Ja, for det meste' om de har voksne at tale med, hvis noget går dem på eller gør dem ked af det
Har du nogen venner eller veninder at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?	81	86	85	91	88	90	83	86	88	83	87	95	Min. 95 pct. svarer 'Ja, altid' eller 'Ja, for det meste' på spørgsmål om de har venner eller veninder at tale med, hvis noget går dem på eller gør
Fysisk Sundhed 													
WHO-5's Trivselsindeks	75	78	84	71	83	76	85	81	67	75	79	80	Minimum 80 pct. scorer mere end 50 point
Hvor tit bevæger du dig så du bliver forpustet?	83	74		87	89	80	83	90	83	84	85	80	Minimum 80 pct. svarer ja til at de bliver forpustet hver dag, næsten hver dag eller et par gange om ugen
Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Hvor mange gange er du blevet fuld af at drikke alkohol?	19,7	18	51,8		31,1	26,4	13,6	34,3	44,7	31,7	37,2	13	Max 13 pct. har drukket sig fulde mindst en gang den seneste måned. Skal beregnes ud fra to spørgsmål. Andelen der svarer ja mere end en gang til spørgsmålet 'Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Hvor mange gange er du blevet fuld af at drikke alkohol?' skal holdes op imod det antal som har besvaret spørgsmålet 'Har du nogensinde drukket en hel genstand?'
Bruger du snus eller tyggetobak?	2,6	1,4	3,9	2,6	5	2,8	0	6	4,3	5	3,4	2	Færre end 2 pct svarer ja til at de bruger snus eller tyggetobak
Ryger du cigaretter?	2,6	3,4	0	4,4	3	2	0,8	1	3	1,1		2	Færre end 2 pct. svarer ja til at de ryger cigaretter hver dag
Tryghed 													
Er du blevet mobbet i skolen?	72	70		68		76	70			70	74	95	Mindst 95 pct. svarer nej til: Er du blevet mobbet i skolen? (Mobning er, når man gentagne gange bliver holdt udenfor, drillet eller generet på en ubehagelig måde. Tænk på det sidste halve år.)
Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for: Afpresning på internettet?	92	96		89	93	96	96	91	85	95	94	90	Mindst 90 pct. svarer 'Nej' til 'Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for: Afpresning på internettet'
Har du inden for de sidste 12 måneder fået uønskede seksuelle invitationer eller kommentarer?	73	78		55		67	79	63	72			90	Mindst 90 pct. Svarer nej til 'Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for uønskede seksuelle invitationer eller kommentarer?'
Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for at nogen har slået dig, hvor de ville gøre skade eller ondt på dig?	89	89		84	82	85	89	77	85	87	89	95	Mindst 95 pct. svarer nej til 'Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for at nogen har slået dig, hvor de ville gøre skade eller ondt på dig?'
	*tal fra 2021/2022			*tal fra 8. Klasse									

Alle tal er som udgangspunkt svar fra 9. klasse elever fra Ungeprofilundersøgelsen fra skoleåret 2022/2023.

Red farve angiver et resultat, som er under foreslået målsætning, grøn farve angiver at resultat er over målsætning

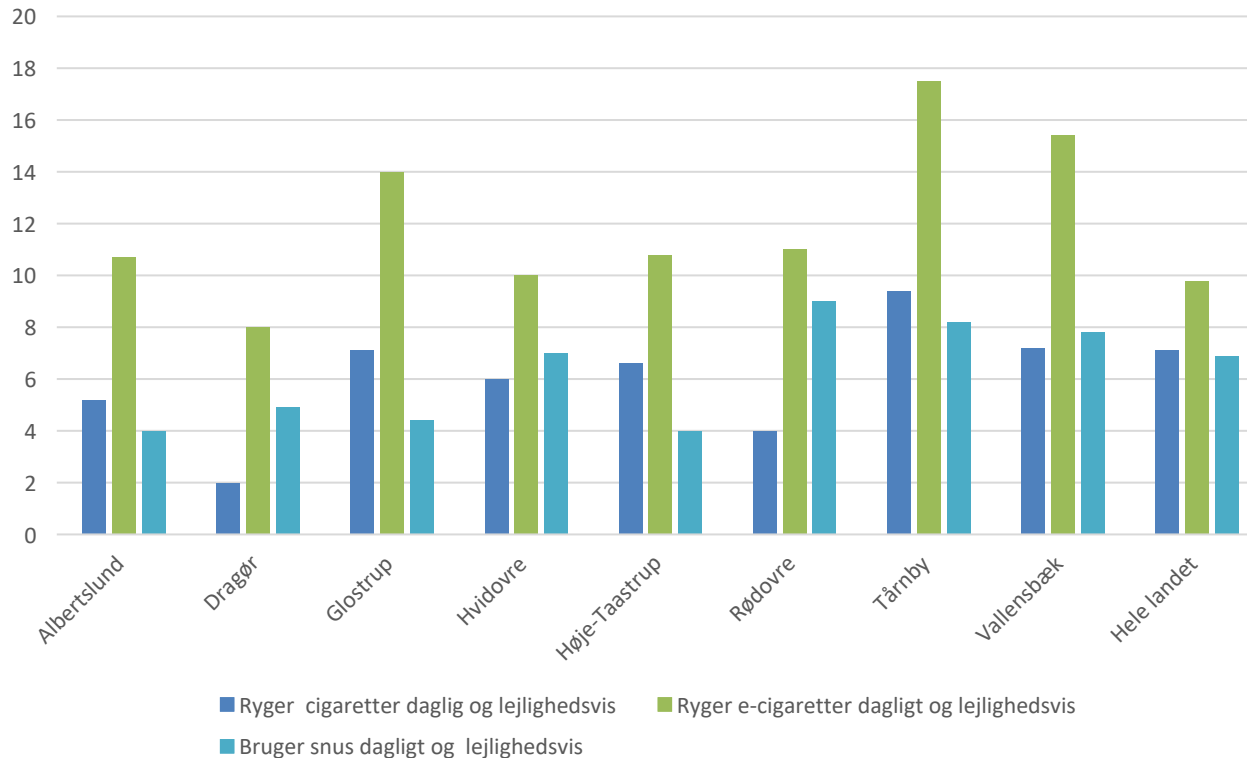
Hvide felter betyder, at der i år ikke er indhentet data på spørgsmålet

Tallene fra Brøndby er fra skoleåret 2021/2022. Der er ikke indhentet tal i 2022/2023

Tallene fra Ishøj er fra 8. klasse. Der er ikke indhentet tal fra 9. Klasse

Nikotin er tilbage i skolegården

9. klasse elevers brug af nikotin i skoleåret 2022/2023



- Brøndby har ikke indhentet tal i 2022/2023
- Ishøj har ikke tal fra 9. klasse
- Data er indsamlet i nov22 til jan23



Partnerskaber med ungdomsuddannelser

- Som en del *Klar livet – uden røg og rusmidler* har vi partnerskaber med ungdomsuddannelser indenfor vores geografiske område.
- Her tilbyder vi hjælp til planlægning og afholdelse af sundhedsdage med inddragelse af de unge, hjælp til indførelse af tobaks- og nikotinfri skoletid, tilbud til de unge i form af samtaler om sundhed og dialog om brug af tobak og nikotin.
- Før sommerferien fik vi udviklet materiale til stopforløb (tobak og nikotin), hvilket gør at vi fremover også kan tilbyde stopforløb til unge.
- Vi har et korps af unge vejledere, som alle kommuner kan trække på.



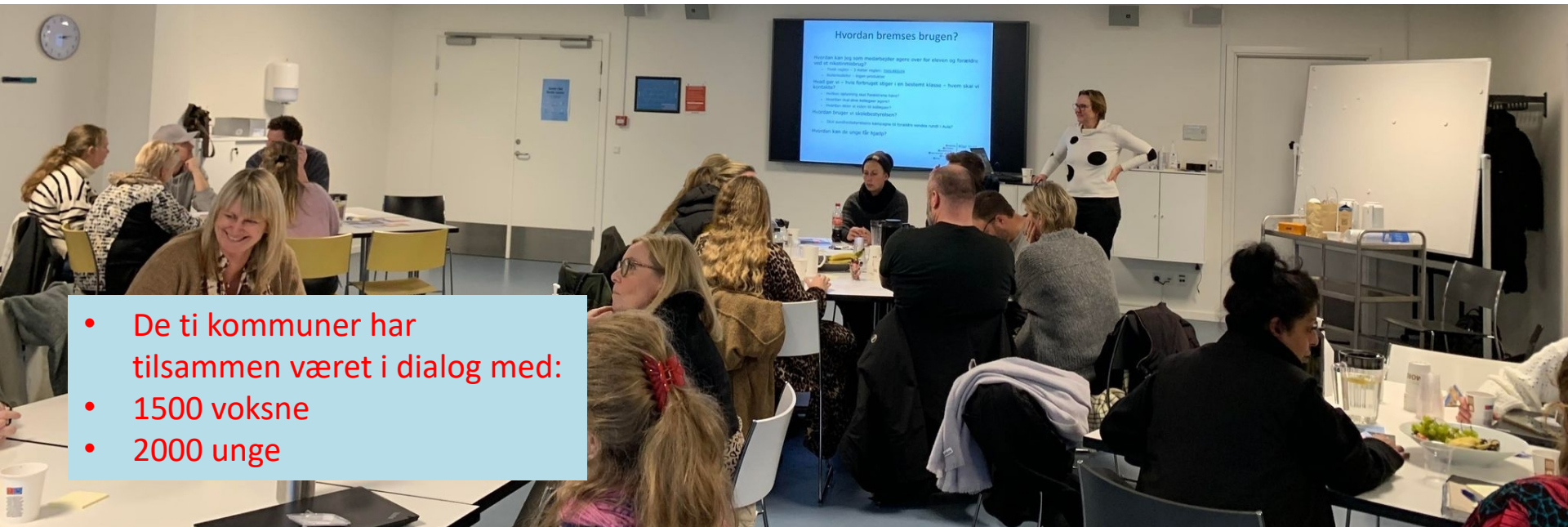
Tobaksfri kommuner – nov 2023

	Albertslund	Brøndby	Dragør	Glostrup	Hvidovre	Høje-Taastrup	Ishøj	Rødovre	Tårnby	Vallensbæk
Røgfri skoletid Inklusiv nikotin-produkter	1/8-19 Inklusiv personale på skole og sfo	1/10-19	1/8-18	14/4-20	Inden udgang 2020	1/12-19	1/8-19	1/8-20	1/8-19	4. Kvarartal 2017
Røgfri arbejdstid	1/8-20	1/10-19	1/8-18	KB skal behandle indstilling om røgfri arbejdstid pr. 1.januar 2024	1/1-20	Der er røgfri arbejdstid på nogle forvaltningsområder	1/8-19	1/1-21	Oplæg på vej til politisk drøftelse	1/8-17
Tobaksfri kommune (udearealer foreninger)	Kommunale matrikler er røgfri (skoler, dagtilbud, Sundhedshuset og Badesøen)	Legeplads, parker, idrætsanlæg		Idrætsområder har røgfri udearealer	Legepladser, strande og idrætsanlæg	Der er skilte nogle udvalgte steder	1/8-19 Er startet med legepladser	Legepladser og idrætsanlæg er røg- og nikotinfri	Oplæg på vej til politisk drøftelse	Legeplads



Udbredelse af viden om nikotin

- Oplæg om nikotin overfor diverse fagfolk (sundhedsplejen, tandplejen, ungdomsskolen, klubansatte, skolefolk...)
- Præsentation af tal, problemstillinger og handlemuligheder for politiske udvalg og Folkeoplysningsudvalget
- Oplæg og dialog med skolebestyrelser og forældre
- Samarbejde med SSP – og snakke med eleverne



- De ti kommuner har tilsammen været i dialog med:
- 1500 voksne
- 2000 unge

Erfaringer

- Fagprofessionelle, som arbejder med og omkring børn og unge, mangler generelt viden om nikotin, herunder farlighed og hvordan brugen kan bremses. Der er villighed til at bremse udviklingen med tidlig indsats, information til forældre og arbejde med rollemodeller
- Forældre er generelt svære at nå, men dem vi når, giver udtryk for, at det er viden, som er ny og meget velkommen.
- I foreningerne hersker der myter om nikotins effekt, som af mange opfattes som præstationsfremmende, og der er idræts- og elitemiljøer, hvor de unge ikke drikker alkohol, men hvor nikotinprodukter i stedet for er det rusmiddel, de unge anvender.
- Unge, er generelt vidende om de forskellige nikotinprodukter, og også i de mindre klasser i grundskolen. De unge, som bruger produkterne ved ikke, at der er muligheder for at få hjælp til at stoppe.



Trygfonden

Mit liv – jeg bestemmer

Trygfonden har bevilget 5 mio. kr. til *Mit liv – jeg bestemmer* - et tre årigt forskningsprojekt om en sundhedsfremmende skoleindsats målrettet 10. klasses elever. Projektet gennemføres i samarbejde med Steno Diabetes Center Copenhagen og Det Sektorfri Forebyggelseslaboratorium.

Formålet er at øge elevernes trivsel, tro på egne evner og livsfærdigheder og styrke elevernes motivation for at gennemføre en ungdomsuddannelse.

Projektet er forankret i Vallensbæk Kommune, som har udviklet indsatsen og afprøvet den i fem omgange med gode resultater.

Bevillingen fra Trygfonden skal bruges til at videreudvikle og teste forløbet, så det kan bruges af andre 10. klasser:

- I 2024 skal indsatsens komponenter udvikles på baggrund af erfaringerne fra Vallensbæk.
- I skoleåret 2025/2026 skal de øvrige kommuner og 10. klasser teste forløbet



Nordea-fonden

Klar livet i fællesskaber uden nikotin

Nordea-fonden har bevilget 7,4 mio. kr. til et tre årigt projekt *Klar livet i fællesskaber uden nikotin*. Støtten fra Nordea-fonden gør det muligt at forstærke vores indsats i forhold til en nikotinfri generation 2030.

Projektet har tre projektspor:

- Projektspor 1: Kompetenceløft om nikotin målrettet voksne omkring de unge
- Projektspor 2: Det gode træningsfællesskab i idræts- og foreningslivet uden nikotin
- Projektspor 3: Nikotinfri fællesskaber på ungdomsuddannelser

Støtten skal bruges til:

- Samarbejde med eksterne parter, bl.a. DGI og SIF
- Styrkelse af vores sekretariat med en fuldtidsprojektleder og en koordinator. Disse kan understøtte arbejdet i de enkelte kommuner gennem sparring og deltagelse i konkrete aktiviteter
- At udvikle vores hjemmeside www.klarlivet.dk, og til materialer målrettet de unge

