

”Även om jag inte lyckats sluta helt så har kursen gett så mycket annat.”



Ett projekt för att minska tobaksbruket bland elever på yrkesinriktat gymnasieprogram

Detta är en av tre foldrar om pilotprojektet ”Minskat tobaksbruk för jämlikare hälsa” som har genomförts i Västra Götaland. I den här foldern får du en kort sammanfattning av vilka metoder och arbetsätt som vidareutvecklades. Projektet utgick från en bred hälsoansats med syfte att minska tobaksbruket och förhindra nyrekrytering bland elever på yrkesinriktat gymnasieprogram.

Vilka deltog?

Målgruppen var elever på yrkesinriktat gymnasieprogram i Stenungsund och på Tjörn. I projektet deltog bland andra kommunens drogförebyggande samordnare, vårdcentralens hälso pedagog, skolhälsovårds- och skolpersonal.

Vad gjordes?

Insatserna på de olika gymnasieskolorna skilde sig åt beroende på förutsättningar och behov. Policy och handlingsplan för att minska tobaksbruket togs fram eller reviderades och förankrades bland elever och personal. Den fysiska skolmiljön förbättrades utifrån elevernas önskemål, t ex erbjöds fler möjligheter till aktiviteter och ett pausrum iordningställdes tillsammans med elever. Tydliga förbudsskyltar mot rökning monterades upp utanför entréerna, som också snyggades upp och försågs med nya blomsterurnor som tillverkades av eleverna. Tobaksundervisning integrerades i övrig undervisning, framförallt i livskunskap, och tobaksavvänjningskurser anordnades. Lärare och skolhälsovårdspersonal fortbildades inom tobaksområdet.

Hur upplevdes det och hur gick det?

Eleverna var överlag positiva till satsningen. Det nya pausrummet var ett uppskattat alternativ till att gå ut och röka på rasten och den efterfrågade basketkorgen och Kingplanen inspirerade till fysisk aktivitet utomhus. Att eleverna själva fick delta i planeringen, och att resultatet blev konkreta förändringar i deras skolmiljö, gav dem känslan av att skolan satsade på eleverna.

Resultaten var överlag goda; rökning vid skolornas entréer förekommer inte längre utan sker utanför skolornas områden. Eleverna visade stort intresse för tobaksavvänj-

ningskurserna och vid en av kurserna var nästan alla elever tobaksfria vid sista kurstillfället. De insatser som riktades till elever på individuella programmet ledde främst till att stärka dem som inte nyttjade tobak. Genom enkätundersökningar framkom att nyrekrytering, och framförallt etablering av tobaksvanor, skedde främst mellan år ett och två.

Vilka slutsatser kan dras?

- Ledningens ansvar och engagemang är avgörande för att få engagemang bland både personal och elever.
- Att eleverna visade större intresse än förväntat för att arbeta med området tobak, tyder på att området är viktigt att fortsätta arbeta med även på gymnasiet.
- En väl förankrad policy och en tydlig handlingsplan var ett bra stöd och gav legitimitet i skolans tobaksarbete.
- För kontinuitet i tobaksarbetet var ämnet livskunskap en naturlig ingång.
- Ju mer eleverna fick vara delaktiga i planeringen, desto lättare var det att genomföra insatserna.
- Att ta bort rökningen från skolans entréer och att erbjuda eleverna en stimulerande fysisk miljö bidrog till att minska tobaksbruket bland eleverna.
- Eftersom många elever vill sluta röka och/eller snusa men motivationen varierar över tid, är det viktigt att erbjuda tobaksavvänjningskurser kontinuerligt.
- Framgångsfaktorer i tobaksavvänjningskurserna var att arbeta med belöningar, att ha regelbundna träffar, att poängtera värdet av ett positivt gruppträck och att ha tobaksfrihet som ett gemensamt mål vid kursens slut.



Minskat tobaksbruk för jämlikare hälsa

Under 2007-2009 genomfördes på uppdrag av Folkhälsokommittén, Västra Götalandsregionen, ett pilotprojekt för att vidareutveckla arbets-sätt som kan bidra till minskad tobaksanvändning. Insatserna hade en bred hälsoansats. I syfte att uppnå en jämlikare hälsa riktades insatserna mot målgrupper med en förhållandevis hög andel tobaksbrukare. Målgrupperna var elever på yrkesinriktat gymnasieprogram, personal inom äldreomsorg samt nyanlända flyktingar.

Fler exemplar av foldrarna om projektet samt av projektrapporten Minskat tobaksbruk för jämlikare hälsa, kan beställas från:
Adress och Distributionscentrum, Regionens hus, 542 87 Mariestad
Telefon 0501-620 84, e-post: adress.distributionscentrum@vgregion.se

Minskat tobaksbruk för jämlikare hälsa

Ett projekt med bred hälsoansats

YRKESINRIKTAT GYMNASIEPROGRAM