

En tobaksfri skola — i Halland

Fanny Franzén

"Skolan i Halland — tobaksfri" är ett tobaksprojekt som landstinget, kommunerna och länskolnämnden i Hallands län står bakom.

Strävan är att genom positiva medel få alla både elever och personal på skolorna tobaksfria. Där läggs tyngdpunkten på att diskutera med eleverna om deras attityder till friskvård och tobak. Personalen erbjuds stöd och stimulans i sitt beslut att upphöra med tobaken. De erbjuds även fortbildning inom detta område. Informatörer anställs i varje kommun och de ska vara positiva och fräscha förebilder för eleverna, och även för personalen.

Artikelförfattaren Fanny Franzén är friskvårds-konsulent vid Länskolnämnden i Halland och arbetar med projekt inom verksamhetsområdet hälsofostran i skolorna.



Bakgrund och syfte

Projektet startade 1986 och är ett samarbete mellan landstinget, kommunerna och länskolnämnden i länet. Målet med projektet är att alla skolor på sikt skall bli tobaksfria, dvs att ingen röker eller snusar på skoltid. Det gäller då både elever och personal.

Våra mål är:

- Genom att samtala med eleverna, träna dem i ställningstagande frågor och bearbeta deras attityder och värderingar på ett positivt sätt få dem att förbli tobaksfria.
- För de elever som börjat röka eller snusa, hjälpa och stötta dem i deras beslut att sluta.
- Få all personal tobaksfri under tjänstetid. Även här erbjuds stöd och stimulans.

Det skapas genom att elever och personal får positiv attityd till FRISKVÅRD och TOBAKSFRITT.

Med friskvård är det meningen att skapa ett hälso-medvetande bland barn och ungdom, med en helhets-syn på både kropp och själ. I sådana situationer där tobak och andra droger är inblandade är det viktigt att kunna välja, att kunna motivera och stå för sina val. De medvetandegörs på ett positivt sätt att de är de själva som får ta ställning och bestämma dvs att de har huvudrollen i sina liv. Samt att på detta sätt ta upp vikten med kamratstöd och vad det egentligen innebär att vara TUFF och MODIG.

I varje kommun har det anställts en informatör som efter utbildning nått till elever + deras föräldrar och personalen på mellan- och högstadieskolorna. För närvarande är det 11 stycken informatörer som är knutna till projektet. I en utav kommunerna är det en informatör som arbetar med barnen och personalen inom barnomsorgen. Det arrangeras då speciella friskvårdsdagar för dem. För att sedan stötta och förankra projektet i varje kommun så har det bildats en grupp som består av personer från skola, fritid och socialförvaltning i respektive kommun.

Tillvägagångssätt

Arbetet är uppdelat på tre plan.

1. Information till eleverna på mellan och högstadiet

2. Information till deras föräldrar

3. Information till personalen på skolan.

1. Vi börjar i regel att gå ut till eleverna i åk 5. Det görs vid två tillfällen på 60 minuter varje gång. Ett tredje besök läggs in i åk 6 under vårterminen, detta också på 60 minuter.

Planering av besöken görs enskilt av informatören men där finns dock en mall att gå efter.

Punkter vi berör vid besöken:

- Friskvård — vad är det vi behöver för att må bra? Hur jag mår i kroppen och själen.
- Värderingsövningar är ett sätt att få alla eleverna aktiva. Man får kontakt med alla elever vilket annars är svårt i klassrumssituationer när information ska nå ut.

Metoden går ut på att *alla* elever ska

- få säga sin mening
- få en stund att tänka själva
- få uppleva värdet i just sin åsikt
- kunna motivera sina val

- Historik — tobak är bara en kort sådan. Det tas upp hur Christoffer Columbus åkte till Amerika och stötte på indianer som rökte fredspipa ... och till idag när cigarettkonsumtionen har gått ner betydligt.

- Fakta cigaretter, snus och passiv rökning. Det går vi in på med en så gott som objektiv syn, detta för att skrämna eleverna. I stället hittar eleverna fördelarna med att vara tobaksfri istället. Detta görs också på lite olika sätt. Ibland skriver eleverna dikter och berättelser och ibland ritar och tecknar de fördelarna.

- Reklam öppen och dold ja till och med smyg reklam talar vi om. Det diskuteras i stort kring reklam, vad är det Du blir mest lockad av? Varför har vi reklam etc.

Sedan går vi in på tobaksreklamen i Sverige, vad det finns för regler och jämför den med utländsk reklam. Då kommer vi snart automatiskt in på smyg reklamen när det gäller tobak. Varför? Vem vill de locka som köpare? Är det barn eller vuxna som ska köpa deras produkter?

- Rollspel och forumspel är ett annat sätt att träna eleverna i verkliga situationer. Vi hittar på en situation som eleverna sedan ska spela upp med sina egna roller. När rollspelet är som värst exv. när de har fått en elev att röka slutar, bryts spelet. Då är det dags för att utveckla detta till ett forumspel. Informatören frågar eleverna om de skulle kunna lösa detta på ett annat sätt. Eleverna som då och då är publik får gå fram till de som visade spelet byta ut någon och visa hur den skulle lösa det hela. Exv då bara gå därifrån. Sen kommer fler förslag till lösning. På så sätt får eleverna igen träna sig i situationer som kan uppstå.

- Ekonomi — eleverna får räkna på vad de tjänar på att vara tobaksfria.

- Det som genomsyrar det hela är också diskussioner mellan informatören och eleverna och mellan elever och elever. Vad är tufft och vad är modigt?

I årskurs 7, 8, 9 ser det ut på olika sätt mest beroende på att elever nu har så många fler lärare. Meningen är nu från projektets sida att eleverna på högstadiet själva ska arbeta mera aktivt.

Göra en friskvårdsutställning

Arrangera en friskvårdsdag på skolan

Göra en tidning "Friskvård-tobak"

Gå ut och kartlägga tobakssituationen på något för skolan närliggande företag, m.m.

Några skolor har valt att få ett "repetitionsbesök" av informatörerna för att sedan komma igång med en aktivitet.

2. Informationen till föräldrar sker främst på mellanstadiet. Detta i samband med något av klassens ordinarie klassmöte. Men är det så att inte föräldrarna nås i 5:an finns det chans i 6:an eller på högstadiet. Föräldrarna får då information om vad informatören gjort i klassen och en liten "lektion" i friskvård. Vi poängterar vikten av att föräldrarna är medvetna om vad vi går ut med och att även dessa frågor diskuteras hemma.

3. Personalen får liksom föräldrarna information fast då i samband med någon konferens ordnad på skolan.

Under alla tre åren som projektet varit i gång ordnas fortbildning för personalen. Det har varit tre stycken två dagars kurser med friskvård tobak som tema.