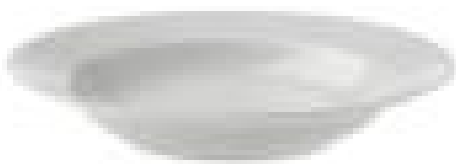




Årsrapport 2005 for Hvidovre Ungdomsskoles Sundhedsprojekter



*Her er den,
I behøver ikke at opfinde den igen!*

K – Kost

R – Røg

A – Alkohol

M – Motion

& regnskab 2005

Indledning

Ungdomsskolen har siden 2003 fået den opgave, at udvikle erfaringer med sundhedsindsats i forhold til unge – d.v.s. aldersgruppen 12 – 18/20 år.

Der er afsat en del af Ungdomsskolen budget til denne opgave. I årene 2003 og 2004 fik Ungdomsskolen bevilget en underskudsdækning på kr. 50.000 af skoleudvalget.

I 2005 har aktiviteterne kunnet holde sig indenfor de fastsatte midler.

Regnskab for 2005 indgår i denne rapport på sidste side.

I nærværende årsrapport gennemgås erfaringerne med de enkelte aktiviteter.

Alle indsatsområder er gennemgået med udgangspunkt i projektbeskrivelsen: mål, formål, succeskriterier etc. samt hvordan det enkelte indsatsområde er afviklet.

Siden 2004 er Torsdagsgruppen – samtalegruppe for piger med begyndende spiseforstyrrelser nedlagt. Torsdagsgruppen har – i lighed med de øvrige sundhedsaktiviteter – været tilbudt mod deltagerbetaling til kommunerne i Københavns Amt, men der meldte sin ingen deltagere.

Årsrapport for 2005 for Hvidovre Ungdomsskoles sundhedsprojekt: Team Easy

Formål:

At give unge

- En styrket selvtillid gennem motion og evnen til at mestre deres krop.
- Viden om sammenhængen mellem kost, motion og humør, således de kan træffe valg i forhold til deres vægt.

Et styrket selvværd kan medvirke til at formindske de unges overspisning og give dem forståelsen for bedre madvaner.

Mål:

Motions mål:

- At give de unge større selvværd gennem en oplevelse af, at motion er sjov.
- At de på trods af deres overvægt/inaktivitet har glæde af at deltage.
- At styrke selvtilliden, således at de bliver rustet til komme videre i idrætsforeninger.
- At de unge gennem relation til andre overvægtige/inaktive oplever et positivt gruppesamvær og accept.

Kost mål:

At de unge får indsigt i og erfaringer med sunde madvaner.



Planlægningsfasen:

Navneændring:

Ungdomsskolen har tidligere måtte erfare, at det er meget vanskeligt at tiltrække denne elevmålgruppe. At overbevise eleverne om, at det er en god ide at tilmelde sig et projekt, som de i forvejen har meget svært ved at se sig i, pga. store barrierer og alt for mange nederlag, er en meget svær opgave at løfte. Målgruppen dyrker normalt ikke motion og syntes ikke at motion er sjovt. Ved en spontan indskydelse blev Sjøv Motion ændret til Team Easy, inspireret af DR2 populære serie "Team Easy On". At bruge Team Easy som *brand* signalerer, at det er let at være i et team, at man kan blive let af at være i et team, både når man skal forholde sig til vægten og "inde i sig selv".

Styregruppen:

Styregruppen blev sammensat af de medlemmer fra sæson 2004-2005, som ønskede at fortsætte. Den endelige styregruppe kom til at bestå af:
Helle-Wibeke Nielsen - kommunelæge,
Hanne Ourø - ledende sundhedsplejerske,
Karen Agergaard -, repræsentant fra Hvidovre biblioteker,
Trine Juulstrup - medarbejder i Kultur & Fritidsafdelingen,
Lisbeth Holm Larsen - afdelingsleder i Hvidovre Ungdomsskole,
Lise Zaar - projektkoordinator i Hvidovre Ungdomsskole

Tema Easy er opbygget med én ugentlig hjemmebasedag, hvor deltagerne sammen planlægger indhold og én foreningsaktivitet, hvor indhold er planlagt forud. På denne kan deltagerne dels blive introduceret til foreningslivet, dels bearbejde oplevelsen i gruppen og afprøve alternative aktiviteter.

Foreningsaktiviteterne:

I de 2 foregående sæsoner har foreningsdagen været fastlagt til en bestemt ugedag. Det har været meget svært at få idrætsforeningerne "på banen". Mange foreninger ville gerne støtte op om projektet, men har primært lokaleproblemer, sekundært har nogle foreninger instruktørproblemer.

Set i lyset af den erfaring, besluttede Ungdomsskolen at tilrettelægge dagene med foreningsaktiviteter efter, hvornår det kunne lade sig gøre i de respektive foreninger.

Den indledende kontakt til alle foreningerne i Hvidovre kommune blev iværksat i samarbejde med kommunens foreningskontakt i Kultur & Fritidsafdelingen Trine Julstrup og Ungdomsskolen. Kultur & Fritidsafdelingen sendte brev til samtlige idrætsforeninger. Resultatet blev, at en række interesserede foreninger meldte tilbage og har medvirket i Team Easy.

Ændring af hjemmebasen:

De 2 foregående sæsoner har Team Easy haft hjemmebase på Avedøre skole i Tumlesalen. Dette var ikke tilfredsstillende pga. begrænsede faciliteter og det faktum at eleverne var meget isolerede. Ungdomsskolen fik mulighed for at flytte hjemmebasen til Avedøre Idrætscenter, hvilket var en ubetinget fordel for deltagerne i Team Easy. Udover at der blev adgang til en række forskellige idrætsfaciliteter var sidegevinsten, at deltagerne kunne være i et miljø, hvor motion er naturlig del af hverdagen, de kunne møde andre unge.

Sæson 2005-2006

PR:

I slutningen af april, medio juni og august blev der udsendt foldere til samtlige klasselærere, hjemkundskabslærere, idrætslærere, klubber, biblioteker, sundhedsplejersker og praktiserende læger.

Holdet blev ligeledes annonceret i Ungdomsskolens program. Løbende igennem sæsonen er sundhedsplejerskerne blevet orienteret om status på Team Easy.

Ungdomsskolen og en elev fra Team Easy medvirkede i DR1 programmet Reflex i foråret 2005. Udsendelsen handler om kommunernes tiltag/udfordringer overfor børn/unge med overvægt/fedme, når amterne bliver nedlagt. Formålet med udsendelsen var at gøre opmærksom på problematikken.

Julemærkehjem:

Ungdomsskolen havde en lang dialog med lederen af Julemærket hjemmet i Skælskør (den ældste børnegruppe) omkring Team Easy. Julemærkehjemmet opfordrede til at Ungdomsskolen sendte PR-materiale dertil. Dette blev gjort i juni og november 2005.

Tovholdere:

I løbet af denne sæson har der været 2 tovholdere tilknyttet projektet. Fra sæsonstart i maj og frem til ultimo september kørte projektet med en tovholder. Tovholderen har været tilknyttet Sjøv Motion fra januar 2005. Han har tidligere arbejdet i interessegrupper i Brøndby kommune og underviser i jiu jitsu – en sport han også selv har dyrket i mange år. Pga. større elevtilgang ved indskrivningen i september og erfaringerne om, at det er nemt at "slide" en tovholder op (bla. pga. af det meget tætte tidskrævende forhold til deltagerne på Team Easy) blev endnu en tovholder ansat. Hun læser ernæring på Suhrs seminarium, har instruktøruddannelse inden for fitness, dyrker masser af sport i fritiden og underviser ligeledes på Ungdomsskolens "kondi & styrkehold". Undervejs i sæsonen blev Natacha uddannet spindingsinstruktør.

Eleverne:

Fra maj til medio september har der været 3 tilmeldte. I forbindelse med Ungdomsskolens indskrivning kom der yderligere 4 tilmeldinger. En deltager blev visiteret fra Vallensbæk Ungdomsskole med kommunal deltagerbetaling. 3 deltagerere har også deltaget i Sjøv Motion i de 2 tidligere sæsoner. I alt var der 8 elever tilmeldt.

Visitationssamtaler:

Før deltagerne kan starte på Team Easy har de sammen med en forælder været til visitationssamtale med tovholder og projektkoordinatoren på Hvidovre Ungdomsskole. Dette tiltag har haft høj prioritet, da både deltagerens og forældrenes mål skulle klarlægges. Ungdomsskolen har oplyst om hvad tilbudet konkret indeholdt, og hvilke forventninger Ungdomsskolen har til både deltager og forældreopbakning. Alle samtalerne blev afsluttet med en "kontrakt" underskrevet af deltagerne, forældrene og Ungdomsskolen. Alle (på nær 1) deltagerne gennemførte visitationssamtale med forældre. Den sidste elev var til visitationssamtale uden forældre.

Deltagernes mål med Team Easy:

1. Lære noget nyt
2. Tabe sig
3. Få nye venner
4. Lære om en bedre kost
5. Prøve noget nyt
6. Få en bedre kondi
7. Há det sjovt

Forældrenes mål med Team Easy:

1. Gå til noget spændende
2. Bedre bevidsthed om sund kost
3. Barnet får det rart
4. Mere motion forankret i barnets liv
5. Større selvtilid til barnet

6. Øge selvværdet hos barnet
7. Få et bedre socialt liv
8. Barnet taber sig og får bedre spisevaner

Ungdomsskolens generelle billede af deltagerne:

Størstedelen af deltagerne har et meget unuanceret opfattelse af sig selv. De har et meget lavt selvværd og ofte ikke mange sociale relationer. De har svært ved at få etableret nye aktiviteter og venskaber i deres liv. De har haft mange nederlag og ofte resignerer de, når nye muligheder opstår.

Hjemmebasen:

Periode: 22. august 2005 – 9. februar 2006

Hjemmebasen har været stedet, hvor deltagerne kunne samle op på erfaringer, forberede nye foreningsaktiviteter og styrke det sociale incitament i Team Easy. Deltagerne har haft mulighed for at medvirke til at planlægge aktiviteterne. Tovholderne har brugt uhensigtsmæssigt meget tid på at motivere eleverne til at møde op. På trods af at Ungdomsskolen sendte sms'er ud om aktiviteten ved hver mødegang og den indiskutable "skal-regel" om at møde op, har det været sjældent, at holdet har været fuldtalligt.

Elevevaluering:
Det er en god kombination af planlagte og impulsive elevønsker.

Motionsmål:

I sæsonen blev der lagt vægt på motion. I denne sæson er hjemmebasedagene blevet brugt til: redskabsgymnastik, boldspil, bordtennis, floor ball, vægtstænger, selvforsvar og spinning. Ligeledes blev der i februar afholdt endags skitur til Sverige med 4 elever. Ridning og rappelling var planlagte "ud-af-huset" aktiviteter, som blev aflyst pga. for få deltagere.

Elevevaluering:
Kan godt lide det hele, var særlig glad for spinning.

Elevevaluering:
Badminton og spinning var sjovest, men jeg kan godt lide det variere.

Kostmål:

For at øge deltageres bevidsthed og styrke deltageres ernæringskompetence og for at kunne forholde sig til en god sund kost, blev "Det kloge kvarter" implementeret i undervisningen på hjemmebasen. I det "Kloge kvarter" blev der talt bla. om energifordeling og forståelse af varedeklarationer og fedtprocenter.

Fra oktober blev der afholdt "maddage", hvor eleverne lavede sund mad. Opskrifterne fik eleverne med hjem til familierne i projektet. Der mødte kun få elever op til "maddagene".

Elevevalueringer:
Det er hyggeligt, at lave mad sammen. Selvom det er sundt smager det godt

Foreningsaktiviteterne:

En af tovholderne har været med til alle foreningsaktiviteterne for at checke op på fremmødet, ringe efter deltagerne, guide og være rollemodel. I de forskellige foreninger har trænere i den pågældende klub undervist deltagerne på Team Easy. Inden de forskellige undervisningsforløb påbegyndte, blev trænere nøje orienteret om projektet og deltagerne.

Sejlads:

Periode: 26. maj 2005 – 16. juni 2005.

Sejlads med Ungdomsskolens meginjoller i Hvidovre Havn. I denne periode var der kun 3 elever tilknyttet projektet. Oftest var det kun 1 elev som dukkede op.

Elevkommentar:
Det var dejligt at sejle sammen med Jørgen. Vi snakkede så godt.

Kajak:

Periode: 19. august 2005 – 16. september 2006.

Kajak i Hvidovre Kajakklub. I den periode var der stadig kun 3 tilmeldte. Deltagerne blev undervist af 2 instruktører fra klubben. Vejrguderne var rimelige. Kajakklubben har en stor ungdomsafdeling, der kan forekomme venteliste på at komme ind i foreningen. Denne kendsgerning havde dog ingen betydning for Team Easy.

Elevkommentar:
Sjovt, og dejligt at opleve at man godt kunne lære det.

Basket:

Periode: 18. august 2005 – 15. september 2005

Det var ikke muligt at få haltid i Hvidovre Basket klubs lokaler. Lederen af ungdomsafdelingen ville gerne undervise på hjemmebasen. Det var svært at få et rigtig spil til at fungere, fordi der var så få deltagere. Gribeteknikker og det at "komme i nettet" blev der arbejdet med. Sidste gang der var undervisning foregik sammen med "normale" medlemmer i Basket klubben og i en "rigtig" basket hal.

Elevkommentar:
Sjovt at prøve og en rigtig god underviser.

Hapkido:

Periode: 19. september 2005 – 10. oktober 2005

Hapkido (selforsvar) har foregået i Hvidovre Shinson Hapkido forening.

Modsat de andre foreningsaktiviteter deltog Team Easy på samme vilkår som de andre medlemmer i foreningen – dog var der sat ekstra instruktør på. Instruktørerne var fantastisk engagerede og Team Easys deltagere fik rigtig meget ud af denne del.

Elevkommentar:
Det var meget inspirerende og nogle rigtig gode trænere.

Badminton:

Periode: 3. november 2005 – 8. december 2005

Badminton i HB 2000. Badminton har været det forløb, hvor der har været højest fremmøde hos deltagerne i Team Easy. Fra klubbens side har der været lagt mange ressourcer for at et vellykket forløb. Dette gælder både, at der var flere forskellige instruktører på, og at der var lagt et stort forberedende arbejde i forløbet.

Elevkommentar:
Sjovt og hårdt i denne forening, nogle rigtig gode trænere.

Atletik:

Periode: 3. januar 2006-31. januar 2006

Atletik i Hvidovre Atletikklub. Instruktøren i dette forløb havde i forvejen stor viden omkring overvægtige/inaktive børn. Størstedelen af undervisningen forgik indendørs. Elevernes fremmødeprocent har været særdeles lav i denne periode.

Elevkommentar:
Jeg blev overrasket over atletik kan være sjovt.

Fælles for alle foreningsaktiviteterne er elevernes holdning, at det kan være lidt svært at overvinde de dårlige erfaringer og andre barrierer. Men når det er gjort, er det rigtig sjovt og en stor tilfredsstillelse!

Easy

1 deltager har meldt sig ind i Hvidovre Kajakklub.

1 deltager har meldt sig ind til Hapkido og Ungdomsskolens rollespilshold.

1 deltager har meldt sig ind i Hvidovre Basket klub.

1 deltager er startet til dans hos Hvidovre Motion & Dans.

2 deltagere har fundet idrætsgrene, som de gerne vil deltage i.

De resterende 2 deltagere er det ikke lykkedes for at finde en forening, som de har haft lyst til at melde sig ind i. Deres argument for ikke at tilmelde sig har været, at de skal på efterskole i næste skoleår.

Tovholderne har fulgt op på/ "givet hjælpende hænder" til deltagernes indslusning og fremmøde i de forskellige foreninger.

Styregruppemøder:

Der har været afholdt 1 styregruppemøde i november 2005.

Forældremøder:

Der blev afholdt møde for deltagerne i Team Easy sammen med forældre den 6. december. Mødet var en midtvejsstatus og et forsøg på at få forældrene til at støtte endnu mere op om projektet. 5 deltagere var repræsenteret på mødet. Det afsluttende forældremøde i februar 2006 med diætist, valgte Ungdomsskolen at aflyse, fordi der i slutningen af forløbet næsten ikke var nogen deltagere tilbage, og dem der, var mødte meget ustabil.

Samarbejde:

Ungdomsskolen søgte og modtog i samarbejde med Avedøre Idrætscenter, Enghøj skolen, Fritidscentret Enghøj skoleudvalgets sundhedspulje om midler til at etablere spinninglokalet i Avedøre Fritidscenter. I folkeoplysningsudvalget blev der søgt og modtaget penge til uddannelse af spinninginstruktører. Spinninglokalet er endnu ikke helt færdig, men var brugbart i efteråret 2005, hvor der blev uddannet i alt 3 instruktører. Team Easy har benyttet sig af spinninglokalet 2 gange i slutningen af 2005.

Konklusion:

Opfyldelse af succeskriterier:

Succeskriterierne er således beskrevet i projektbeskrivelsen:

1. At der i løbet af et år har deltaget 20 unge i projektet.
2. At de unge oplever, at det er sjovt og rigtigt at gå til motion.
3. At det er ok at være sig selv og man ikke behøver at se ud på et bestemt måde for at gøre det.
4. At de unge oplever, at til motion kan man ikke være pinlig, men har det sjovt og fysisk behageligt – også bagefter.
5. At de unge bliver tilfredse med deres egen krop og udseende
6. At de bliver i stand til at tage vare på sig selv og deres i forhold til vægtproblemer.
7. At 50 % af de deltagere, der finder en sportsforening, fortsætter i 6 måneder efter indmeldelsen.

Succeskriterierne er opfyldt på følgende måde:

- Punkt 1: På trods af, at der har været en tværfaglig styregruppe og set i lyset af at der efterlyses projekter som Team Easy, er det tankevækkende, at det kun er lykkedes at få 8 tilmeldinger i denne sæson.
- Punkt 2-4: Fælles for punkt 2, 3, 4 og 5 må der ud fra elevkommentarerne, elevevalueringerne og indmeldelserne i foreningerne konkluderes, at de unge har oplevet, at motion kan være sjovt og det er rigtigt at gå til motion.
- Punkt 5: Dett punkt er det ikke muligt at måle på direkte.
- Punkt 6: Det er tolvholdernes fornemmelse, at deltagerne har fået større indblik i, hvad en sund kost bør indeholde kombineret med et evt. ønsket væggtab. En deltager har tabt 6 kilo undervejs.
- Punkt 7: 50 % af deltagerne er meldt ind i idrætsforeninger. Tilmeldingerne til foreningerne startede i november 2005, og derfor er det endnu ikke muligt at måle, om deltagerne fortsætter deres indmeldelse i 6 måneder.

Fremmødet på hjemmebasen og i idrætsforeningerne:

Deltageren med højest fremmødeprocent har været på 25%. Det lave fremmøde på Team Easy er ikke en enkelt incident, meget peger på, at det er en del af ungdomskulturen at "zappe" rundt. Dette gælder ikke kun de marginaliserede unge. De unge er i et krydsfelt med utrolig mange valgmuligheder i deres fritid. Erfaringerne viser dog, at hvis tilbudet er spændende nok – kommer de unge og er vedholdende. Og dette har ikke været tilfældet for Team Easy.

Afsluttende konklusion:

- De unge som har deltaget i Team Easy, har haft et positivt udbytte.
- At vi ikke har nået at "fange" et tilstrækkeligt antal relevante unge.
- Tilbudet ikke er interessant nok til at fastholde de unge.
- Hvis Team Easy skal fortsættes, skal konceptet revurderes og nytænkes.

Årsrapport 2005 for Hvidover Ungdomsskoles sundhedsprojekt: Udsæt unges rygedebut.

Formål:

1. At de unge tilegner sig kompetencer omkring fordele ved at forblive røgfri, via fakta materiale og dialog.
2. At støtte de unge, der ønsker at ophøre med rygning via oplevelser af social opbakning/accept af rygestop.

Mål:

1. At udsætte de unges ryge- debut.
2. At flere unge rygere bliver røgfri.



Februar 2006

Lise Zaar

Forbyggende arbejde i folkeskolen

Denne del er beskrevet således i projektbeskrivelsen:

"Snak om Tobak"

Aktiviteten tilbydes i 6. – 10. klassesetrin. Aktiviteten kan ligeledes tilbydes til klubber, idrætsforeninger mv.

Instruktøren "overtager" klassen og med udgangspunkt i elevernes hverdag, via fakta materiale og dialog, styrkes de unge til at forholde sig til at være røgfri.

Hvorfor begynder vi at ryge? Hvad sker der i kroppen når man ryger? Er det sejt at ryge?

Hvem bestemmer om jeg skal ryge? Hvem er mine rollemodeller? Og er det svært at sige nej til at ryge?

Tilbudet har et omfang af 2 lektioner.

"Snak om Tobak 2"

Denne indsats tilbydes til klasserne året efter første besøg. Instruktøren "overtager" igen klassen i 2 lektioner. Undervisning tager udgangspunkt i hver classes udvikling "her og nu" status. Vi arbejder dybere med begreberne gruppepres og venner, stadig med agendaen rygning.

Følgende har benyttet sig af tilbudet i 2005:

Ungdomsskolen har været ude på 7 forskellige skoler fordelt på følgende måde:

15 besøg i 6. klassesetrin,

14 besøg i 7. klassesetrin, heraf er 2 besøg "Snak om Tobak 2",

3 besøg i 8. klassesetrin,

1 besøg i klub henvendt til de unge

1 besøg i klub henvendt til personalet

2 besøg på forældremøder for hele årgange.

I projektbeskrivelsens succeskriterier er:

Der skal gennemføres 20 forbyggende besøg i folkeskoleklasserne."

* Bilag: 1

PR.:

Samtlige klasselærere fra 6. – 10. klasse fik tilbudet sendt som brev primo januar og august 2005. Rygning er ikke en særskilt del af Hvidovre kommunes rusmiddelhandleplan. På SSP's tema dag i august for 6.-10. klassesetrin blev tilbudet beskrevet og anbefalet. En kombination af, at flere klasser allerede havde benyttet tilbuddet i skoleåret 2004-2005, "tilbudsbrevet" og at indsatsen blev nævnt på temadagen gjorde, at mange klasser tog imod tilbudet.

Bilag: 2

Inddragelse af andre parter/forældre:

Før hvert besøg er der en samtale med klasselæreren for at forklare, hvad indsatsen mere nøjagtigt indeholder, praktiske detaljer og evt. en orientering om "problemerne" i klassen.

Efter aftale med den ledende sundhedsplejerske har den lokale sundhedsplejerske fået tilbud om at deltage i undervisningsforløbet. Ingen sundhedsplejersker har deltaget.

Eleverne fik udleveret orienteringsbrev til forældrene om forløbet samt 2 små bøger "snak med teenager om tobak" og "fakta om teenager og tobak", udarbejdet af Kræftens Bekæmpelse. Denne del blev gjort for at involvere forældrene, samt at give forældre nogle værktøjer til at gå i dialog med deres børn.

Evaluering:

Samtlige eleverne har udfyldt evalueringsskema efter hver undervisningsgang. Her har eleverne også fået mulighed for at komme med deres kommentarer til undervisningen. Disse informationer skal registreres i en database, så det er muligt at "trække" oplysninger ud. Efterfølgende har klasselæren fået en overordnet status på klassen formuleret i brev. På længere sigt er evalueringen udtryk for et ønske om at kunne dokumentere, om denne forbyggende indsats har nogen effekt. Hvis eleverne får undervisning i 6. og 7. klasse vil disse resultater kunne sammenlignes med skolelægens/sundhedsplejerskernes undersøgelser i 8. klasse (sundhedseksperimentarium)

* Bilag 3

Generelt:

I sommeren 2003 besluttede SSP-Styregruppen i samarbejde med Rødovre kommune, at gennemføre en spørgeskemaundersøgelse i skolernes 6.-10.klasser om unges forbrug af alkohol, cigaretter og hash. Spørgeskemaerne blev udsendt til 2.286 unge i Hvidovre kommune. Svarene blev bearbejdet og følgende blev konkluderet i forhold til unge og rygning:

De 11-13 årige:

Her konkluderer man, at forbruget af cigaretter generelt er lavt blandt de 11-13 årige. Her var det indtrykket at det absolut ikke var populært at ryge. Det blev tydeligt givet udtryk for at cigaretrøg lugtede, var ubehagelig og at smagen af cigaretter var dårlig. Der var således ringe forståelse for, at enkelte blandt deres jævnaldrende røg cigaretter.

De 14-17 årige:

Herefter konkluderer man, at der sker en væsentlig stigning i cigaretforbruget fra 13-14 års alderen. Interview med de 14-15 årige giver indtryk at, at klassens "normer" er afgørende for, om man ryger eller ej. Blandt de 16 årige og derover ændrer cigaretforbruget sig, både i omfang og hyppighed. Det ser ud til at forbruget af cigaretter stabiliseres, idet andelen af daglig rygere ikke ændrer sig efter de 16 år.

* Bilag 4

Ungdomsskolens erfaringer:

6. klasserne:

Oftest har kun få prøvet at ryge og de syntes det er "ulækkert". Dog har de ikke svært ved at argumentere for, hvorfor man begynder at ryge, hvem der er primære rollemodeller, økonomi osv. De bliver hurtig bekymrede for både rygende familiemedlemmer og venner, fordi eleverne får en større viden bl.a. om sundhedsrelaterede sygdomme, afhængigheden, tobakkens indhold og økonomi. Ud fra klassebesøgene og spørgeskemaerne viser tendensen, at de unge tidligere begynder at "eksperimentere" og tage stilling til bl.a. rygning. For at forbygge denne udvikling er 6. klasse et godt tidspunkt at starte indsatsen. Muligvis ville det optimale være at starte allerede i 5. klasse.

Jeg har prøvet at ryge med forsatte ikke fordi:

- *Jeg vil ikke dø som 50 årige,
- * Jeg vil leve et langt sundt liv.
- *fordi det er klamt og jeg kan ikke se noget godt i det.

Jeg vil ikke prøve at ryge fordi:

- *fordi det er en dårlig vane.
- *Jeg tror ikke at jeg vil ryge. Jeg vil ende som mine bedste- forældre – de er døde.
- * fordi jeg vil være sporty.

Jeg har prøvet at ryge men fortsatte ikke fordi:

- *Det giver dårlig ånde.
- *Det er klamt.
- *Det er usundt og smager dårligt.
- *For man kan blive syg af det – og dø.
- *Jeg får kørekort, hvis jeg ikke ryger.

7. klasserne: Eleverne i 7. klasse er meget forskellige. Nogle er rigtig langt "fremme i skoene", hvor andre stadig "leger". Evalueringsskemaerne viser, at flere prøver at ryge end i 6. klasse, men stadig ikke syntes om det. En

* Jeg ryger kun, når jeg er sammen med mine venner og mest til fester.

* Jeg ryger ikke fordi mine venner også syntes det er herre klamt!

ganske lille procentdel af dem der ryger, kan se sig selv som afhængige teenager/voksne rygere.

Hvad der er normen i klassen, er ret afgørende for om elevernes rygning fortsætter eller ej. Det er derfor stadig fornuftigt at tale om rygning i 7. klassesetrin. Ligeledes er der mange som starter så småt med at drikke. Den første smøg – den første pils – og den første.....

8. Klasserne og klubmedlemmerne: Denne gruppe har generelt taget stilling til, om de vil være røgfri eller ej. De er stadig påvirkelige. Faktaviden kombineret med refleksion er et godt udgangspunkt for dialog. Mange af dem som ryger, ser ikke sig selv som afhængige – og mener at de "bare" kan stoppe. Kun en lille procentdel ser sig selv som rygere som voksne.

Da SSP- undersøgelsen viser, at forbruget stabiliseres i 16 års alderen, er det vigtigt stadig at påvirke eleverne på klassesetrinet, selvom flere allerede ryger.

Man kan overveje om der skal tilbydes rygestopkurser, hvis størstedelen af eleverne mener, de "bare" kan stoppe.

* Jeg har sagt fra.

* For mig er det ikke nødvendigt at ryge.

* Jeg har forsøgt at stoppe, det er svært – men jeg er ikke afhængig.

* Måske ryger jeg også når jeg er voksen, alle kan komme "ind i det".

Minimale interventioner:

Denne del er beskrevet således i projektbeskrivelsen:

Tilbydes til den lidt ældre gruppe unge f.eks. gymnasiet/HF.

"Minirygestopkurset" er tilrettelagt til de unge, som ønsker mere information om rygning og rygestop, men som endnu ikke er motiveret for at deltage i et rygestop kursus. "Minirygestopkurset" er bygget op af fire sessioner, som gentages én gang ugentligt i fire uger. Hver session består i, at en eller flere instruktører opstiller en rygebod i 2-4 timer et centralt sted på uddannelsesinstitutionen. Ved boden tilbydes kuliltemåling, kort rådgivning, øvelser samt en række materiale som har forskellige temaer omkring rygning. Denne del bliver gennemført i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse.

Fakta:

Grundet den store efterspørgsel efter "Snak om Tobak", har det ikke i 2005 været tidsmæssigt muligt at gennemføre denne del. Der er dog truffet aftale med Avedøre Gymnasium primo januar 2006.

Rygestopkursus:

Denne del er beskrevet således i projektbeskrivelsen:

Et tilbud til unge rygere, der er motiverede for at stoppe. Tilbuddet gives i form af et praktisk rygestop kursus, der finder sted over 10 uger, med en ugentlig undervisningsgang og med en 2 ugers pause forud for sidste undervisningsgang.

Kurset igangsættes så snart der er interesserede nok. Endvidere kan det skræddersyes f.eks. som fælleskursus til et enkelt klassesetrin på skolerne eller i klubberne. For at intensivere kontakten med de unge benyttes SMS beskeder.

Fakta:

Der har været henvendelser fra få unge (parvis) henvist fra Sundhedsplejerskerne. Ungdomsskolen har vurderet, at 2- 4 unge er for lille en gruppe at arbejde med.

Metodeudvikling:Netværks projekt:

Københavns Amt tog i foråret initiativ til at ruste kommunerne bedre til at kunne mestre rygeforebyggelse. Københavns Amt ønskede at danne et netværk blandt kommunerne bestående af ledelse og medarbejdere. Ledergruppens netværk opgave er, at videregive information fra Amt til kommunerne, mens medarbejdernes netværk er at uddanne/efteruddanne relevante fagfolk. Fra Hvidovre kommune har 1 sundhedsplejerske og 1 medarbejder fra Ungdomsskolen deltaget på et tre dages kursus, efterfulgt af 2 netværksmøder, som skal danne grundlag for et fremtidigt netværk, der har til hensigt at fungere, når amterne bliver nedlagt. Der har ikke været afholdt flere møder i 2005.

Forløbet viste hurtigt, at Hvidovre kommune/Hvidovre Ungdomsskole både erfaringsmæssigt og indsatsmæssigt var langt forud for de andre kommuner. Dette faktum betød, at flere kommuner ønskede at "kopiere" Hvidovre Ungdomsskoles model for indsatsen, undervisningsmaterialet og evalueringsdelen.

Nyt undervisnings projekt:

Ud fra undervisningsmodellen "Aktiv vurderinger" har Hvidovre Ungdomsskole i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse og Københavns Amt udviklet et tilbud til klubpædagoger, lærere, skoleledere, klubledere, ungdomsskolelærere, idrætstrænere, skole-, klub-, idræts- halvbestyrelser og idrætsforeninger. Målet med denne indsats er at gøre professionelle voksne omkring unge til ansvarlige og aktivt handlende i forhold til at sikre, at miljøet opfordrer til røgfrihed. Dette tilbud er nu en del af Københavns Amt og Kræften Bekæmpelses undervisningsmateriale. I Hvidovre kommune er tilbudet sendt ud til samtlige klubber via den pædagogiske konsulent på klubområdet til samtlige klubber. En klub har taget imod tilbudet.

Bilag 1: Brev til klasselærerne

Bilag 2: Oversigt over hvilke skoler og klasse som har benyttet sig af "Snak om Tobak"

Bilag 3: Evalueringsskema fra Ungdomsskolens undervisning.

Bilag 4: Skema fra SSP-undersøgelsen

Årsrapport 2005 for Hvidover Ungdomsskoles sundhedsprojekt Ungdomsskolens Stofrådgivning

Ungdomsskolens Stofrådgivning

Forskellige tilbud om rådgivning angående rusmidler til unge og deres forældre. Ungdomsskolens Stofrådgivning skal fremme dialogen mellem unge og deres forældre eller kontaktpersoner, og at støtte de unge til selv at komme ud af et misbrug eller støtte andre unge til at komme ud af deres.

Formål

Rusmiddelundersøgelsen i 2004 viste, at alkoholforbruget og hashforbruget stiger væsentligt omkring 9. klassetrin. Der er derfor god grund til at fastholde og eventuelt reetablere en dialog mellem den unge og forældrene, når de unge for alvor begynder at drikke alkohol, gå til fester og eventuelt prøve andre former for rusmidler. Dette ikke mindst set i lyset af, at det er forbudt for unge under 16 år at købe alkohol.

”Ungdomsskolens Stofrådgivning” har tre indsatsområder:

1. Forbyggende indsats overfor unge – primært på 9. klassetrin
2. Dialogfremmende indsats overfor forældre & unge – primært i forbindelse med forældremøder på skolerne
3. Offentlige forældrearrangementer, der omhandler teenagebørn, alkohol & rusmidler og hvordan forældre kan tage ansvaret for deres børn/unge i forhold til dette.

Mål

At bidrage til at mindske omfanget af unges misbrug gennem dialog og information
At etablere dialog og fortrolig kommunikation mellem børn/unge og forældrene om ungdomsfester og rusmidler

At det bliver kendt blandt børn/unge og forældre, hvilke støttemuligheder der findes for unge med et misbrugsproblem

Målgruppen er unge i alderen 12 – 25 år, deres forældre og andre voksenkontakter.

Påvirket?
EN AKTIV KAMPAGNE OG INDSATS
FOR ET UNGDOMSLIV
MED OG UDEN RUSMIDLER

fryspunkt 

Lisbeth Holm Larsen
Marts 2006

Arbejdet med indsatsområderne

1. Forebyggende indsats overfor unge

Ungdomsskolen ønskede at fortsætte de gode erfaringer med dialogmøder i klasserne fra 'Åben Stofrådgivning, med flere dialogstyrere, således at tilbuddet blev mindre sårbart overfor person frafald.

I foråret 2005 blev der derfor planlagt følgende:

Der tilbydes dialogmøder i skolernes 9. klasser af ca. én times varighed omkring emnet rusmidler & dialog med voksne. Disse dialogmøder følges op af deltagelse i forældremøder, hvor forældrene indgår i dialogen omkring misbrug. Disse møder er en del af Hvidovre Kommunes Rusmiddelhandlingsplan.

Ungdomsskolen skal i 2005 uddanne et antal vejledere, der kan indgå i disse dialogmøder i skolerne.

Planlægningsfasen

Der blev i foråret 2005 udarbejdet projektansøgning til Skoleudvalget om tilskud til at gennemføre kursus og projektstart af FRYSPUNKT. Der blev givet afslag på denne ansøgning.

Efterfølgende blev der taget kontakt til ungdomsklubberne, der viste interesse for at deltage i Fryspunkt ved at bidrage med deres medarbejdere til et korps af dialog styrere.

Samtidig blev der taget kontakt til GODA – foreningen af gode alkoholvaner - der har udviklet Fryspunktmodellen. Goda indvilgede i at bidrage med én gratis kursusdag for Hvidovre Kommunes medarbejdere. (Goda havde i forvejen tilbudt at bidrage med én gratis kursusdag ud af to i ansøgningen til Skoleudvalget.)

Da finansieringen dermed var på plads, blev der afholdt kursus for dialogstyrere i august 2005.

Der er nu etableret et dialogstyrer korps bestående af i alt 13 personer, heraf 8 klubmedarbejdere og 5 ungdomsskolemedarbejdere. Der afholdes 2 årlige erfaringsopsamlingsmøder med dialogstyrerne. Desuden er etableret et dialogforum på SSP's hjemmeside, hvor dialogstyrerne kan udveksle ideer og erfaringer.

Ungdomsskolen deltog i SSP temadagen august 2005, hvor rusmiddelhandleplanen "Påvirket" blev præsenteret for lærere i 6. – 10 klassetrin. Her blev Fryspunkt tilbuddet præsenteret for lærere på 9. og 10. klassetrinnet.

I november 2005 kom de sidste aftaler om aflønning, timeforbrug etc. med klublederne på plads og tilbuddet blev meldt ud til alle 9. og 10. klasser. Desuden blev SSP kontaktlærerne informeret med henblik på at få aftaler i stand på deres egen skole.

Det lykkedes at få konkrete aftaler om klassebesøg i løbet af januar 2006 og der blev afviklet 7 klassebesøg i løbet af januar og februar 2006.

2. Dialogfremmende indsats overfor unge og forældre

Der ligger ikke indbygget i Fryspunkt modellen at afholde forældremøder, men der har fra dialogstyrerne været interesse for også at tilbyde dette i lighed med indsatsen til 6- 8. klassetrin. Der er dog ikke i øjeblikket aftaler om hverken indhold eller en timemæssig finansiering af denne indsats.

3. Offentlige forældrearrangementer

I foråret 2005 blev der planlagt følgende:

Der vil i 2005 blive udviklet et koncept for offentlige forældremøder og - kurser med henblik på at ruste forældre bedre til at tage ansvaret for deres børns omgang med alkohol og rusmidler. Disse forældrearrangementer er en del af Hvidovre Kommunes Rusmiddelhandleplan.

PR materiale omdeles løbende til alle relevante samarbejdspersoner og de unge og deres forældre.

Afvikling af forældremøder

Der har i efteråret 2005 været afholdt to forældremøder, hvor der begge gange mødte omkring 50 forældre op.

I september blev der holdt indlæg af rusmiddel konsulent i Ribe Amt Jesper Schwartz og i november indlæg af tidligere misbruger Janne Pedersen.

På begge møderne var der en ivrig dialog blandt og imellem forældrene om, hvordan man som forældre kan og skal vejlede sine børn og hvordan man sikrer den gode dialog med børnene.

PR for forældremøder

Forældremøderne har været annonceret i Hvidovre Avis, dels gennem "De kommunale sider" dels ved selvstændig annonce. Desuden har skolerne fået tilsendt invitation til møderne til omdeling blandt deres forældre. Hvidovre Avis har efterfølgende bragt en fyldig reportage fra begge forældremøder, hvilket givet har medvirket til det pæne fremmøde.

4. Åben Stofrådgivning

Der har ikke i perioden vist sig muligheder for at genoptage "Åben Stofrådgivning". Unge med behov, eller voksne kontaktpersoner med kendskab til unge med et misbrug, er blevet henvist til Børne- og Familieafdelingen i Hvidovre Kommune eller Rusnavigatørerne i Københavns Amt.

Når dette amtstilbud lukkes 1. januar 2007, må der tages stilling til, hvor disse unge skal tilbydes hjælp.

Succeskriterier

- *At det blandt unge og voksne/relevante ansatte i Hvidovre Kommune bliver kendt, at Ungdomsskolen har et tilbud til unge og deres forældre om dialog omkring rusmidler.*

Det viste sig vanskeligt at komme i gennem med budskabet om Fryspunkt, da ordningen ikke var klar til SSP temamødet i august, men først fra november. På dette sene tidspunkt var de fleste klasseplaner for skoleåret fastlagt.

- *At der i løbet af et år gennemføres mindst 10 klasse/skolebesøg.*

Der blev derfor ikke gennemført klassebesøg i 2005.

Der blev i februar og marts 2006 gennemført 7 klassebesøg.

- *At der gennemføres 2 - 3 forældrearrangementer i løbet af et skoleår.*

Der blev gennemført 2 forældrearrangementer i 2005 og 1 i januar 2006.

Evaluering/erfaringsopsamling

Evalueringen skal omfatte de forskellige indsatsområder/metodeudvikling:

- *Introduktionsfasen – det at blive et kendt tilbud i Hvidovre*
- *Forebyggelsen på skolerne*
- *Offentlige forældremøder*
- *Kan samarbejdspartnerne mærke en virkning blandt de unge.*

Evalueringen vil blive gennemført på basis af samtaler med de unge deltagere på skolerne. Desuden skal samarbejdspartnere indgå i evaluering. Endelig vil der blive foretaget en optælling af antallet af klassebesøg og deltagere på de offentlige forældremøder.

Da der viste sig en mulighed for, at GODA gennemførte en landsdækkende undersøgelse af deltagernes opfattelse af programmet, har Ungdomsskolen valgt at benytte dette tilbud. Undersøgelsen

består af et "før" og et "efter" skema. Eleverne skal udfylde skemaerne, som efterfølgende databehandles af GODA. Det er i dag kun Ribe Amt, der også bruger skemaerne, så indtil videre er undersøgelsen af begrænset omfang.

Effekten kan først måles i forbindelse med den næste rusmiddel undersøgelse i Hvidovre.

Fryspunkt programmet søges udviklet gennem dialogstyrernes erfaringsopsamling. Herudover holdes kontakt med Goda med henblik på evt. at etablere et netværk i det storkøbenhavnske område.

Da klassebesøg først er gennemført i 2006 er det ikke muligt på nuværende tidspunkt at uddrage direkte erfaringer.

Forældrearrangementerne har tilsyneladende dækket et behov for dialog mellem forældre om dette emne. Dette udsagn baseres på et fremmøde på de to første møder på omkring 50 forældre, hvilket er usædvanligt højt for et offentlig møde.

Det er dog vigtigt med en god PR for arrangementet for at nå alle potentielle deltager. Der fremgår også af samtaler med de fremmødte, at PR skal gives ad forskellige kanaler.

Økonomi

Der har i 2005 kun været brugt meget få midler til etablering af Fryspunkt, da indsatsen hovedsagelig har været finansieret af SSP's rusmiddelhandleplan og de særlige midler, der blev afsat til at starte denne plan.

Fra 2006 må Ungdomsskolen påregne at bruge midler til administration af ordningen, aflønning af egne dialogstyrere, pr og erfaringsopsamling.

Årsrapport 2005 for Hvidover Ungdomsskoles sundhedsprojekt

Hurtig mad

Formål

Vi er blevet opmærksomme på, at mange elever er blevet trætte af de sædvanlige usunde fastfood måltider, men de formår ikke at prioritere sund mad i stedet.

Vi ønsker derfor at lære dem, at man kan lave god mad, selv om det er fast-food, og det kan være velsmagende, billigt og ikke usundt.

Mål

Vi ønsker

- at flere elever bliver opmærksomme på, at det er muligt selv at producere den slags mad de kender og holder af billigt, sundt og velsmagende - uden at bruge for meget tid på det
- at give eleverne en bevidsthed om de fødevarer, som de spiser og give dem nogle redskaber til, hvordan de kan forbedre deres kost

Målgruppe er 12 – 18 årige.



Lisbeth Holm Larsen
marts 2006

Beskrivelse af forløbet

På holdet lærer eleverne at lave de fastfood retter, de allerede kender, men mere velsmagende og med gode råvarer.

Vi vil endvidere give dem den oplevelse, at det er billigere og bedre end det færdigkøbte.

Herudover vil vi indgå dialog med eleverne om hvad det er, de spiser i dagligdagen.

Eleverne vil opnå større kendskab til vitaminer, kalorier fedt. mm.

På holdet lærer eleverne at lave de fastfood retter, de allerede kender, men mere velsmagende og med gode råvarer.

Der er i løbet af sæsonen lavet pizza, burgere, pitabrød, pastaretter, tunmouse og forskellige slags brød.

Vi har ønsket at give eleverne den oplevelse, at dette er billigere og bedre end det færdigkøbte.

Herudover vil vi indgå dialog med eleverne om hvad det er, de spiser i dagligdagen.

På holdet blev der drøftet, hvad deltagerne spiste, og eleverne havde indflydelse på, hvilke retter de skulle lære at tilberede.

Det er dog også nødvendigt med en lærerstyring på hvilke retter, der introduceres, så eleverne lærer nye retter at kende.

Eleverne er blevet introduceret til kalorie og energifordeling, men det fyldte ikke meget på holdet.

Der skal udarbejdes en kokebog som skal kunne down-loades fra Ungdomsskolens hjemmeside.

Eleverne får udleveret en i print med spiralryg.

Der blev på holdet udleveret opskrifter, men selve kokebogen er ikke blevet gennemskrevet i 2005.

Succeskriterier

At der til efteråret 2005 melder sig elever nok: 12 – 15 - til madlavningsholdet. Dette vil vise, at det spredes blandt unge, at det er sjovt at lave sund og velsmagende mad.

Der meldte sig 16 elever ved sæson start, og der kom i efteråret 12 deltagere. Omkring jul var der 4 og da holdet lukkede i februar var der 2 elever.

Evaluering

Gennem samtaler/interview med deltagerne i kurset indsamles oplysninger om gode og mindre gode sider af kursus indhold m.h.p. forbedring af fremtidige kurser.

Der gennemføres en spørgeskemaundersøgelse/interview af deltagerne m.h.p. opfyldelse af succeskriterier/forbedring af indsatsen.

Eleverne faldt som det er nævnt overfor hurtigt fra, og spørgeskema undersøgelsen blev derfor ikke gennemført som planlagt.

Regnskab for sundhedsfremmeaktiviteter i Ungdomsskolen 2005

	Budget 2005	Forbrug til dato	Forbrug 2004	Søgt i 2005	Modtaget i 2005
Team Easy	129.300	75.321	99.817	Deltagerbet.	5000,00
Udsæt Rygedebut	52.100	27.532	14.503		
Torsdagsgruppen	0	1.185	39.486		
Ungdomsskolens Stof-rådgivning	47.100	15.535	103.771		
Hurtig mad	33.800	25.235	21.775		
Udvikling af ny indsats og fællesudgifter	114.800	96.430	124.241		
I alt	377.100	241.238	403.593		kr 5.000,00

Sundhedsfremme bevilling	240.281		234.599		
Nettoforbrug (forbrug - tilskud)		241.238	398.593		
Overskud/(overskridelse)	-136.819	-957	-163.994		
Heraf:					
Administration*	39.500	43.725	144.525		
Pr-materiale	37.500	9.460	42.760		
I alt	77.000	53.185	187.285		

* Adm's deltagelse i SUH udover projektmedarbejder

Bilag 1

"Snak om Tobak 1 /2" Hvidovre kommune 2005						
Skole	6. kl.	Dato	7. kl.	Dato	8.kl. dato	Andet dato
Avedøreskole:			7.b,	26-09-2005		
Dansborgskolen:	6.c	04-02-2005				
	6.a	04-02-2005	7.a	27-10-2005		
	6.b	05-02-2005	7.b	28-10-2005		
	6.a	22-08-2005				
	6.b	12-0-2005				
	6.c	19-09-2005	7.c	03-11-2005		
Enghøjskolen:						
Engstrandskolen:						
Frydenhøjskolen:	6.a	16-06-2005	7.a	24-05-2005		
			7.b	24-05-2005		
			7.c	24-05-2005		
			7.b	13-09-2005		
Gungehuskolen:						
Holmegårdskolen:	6.a	01-06-2005				
Langhøjskolen:	6.a	10-05-2005	7.a	02-05-2005		
Præstemoseskolen:	6.b	07-09-2005	7.a	12-04-2005		
	6.a	08-09-2005	7.b	12-04-2005		
	6.h	02-11-2005	7.b	04-10-2005		
			7.h	23-11-2005		
Risbjergskolen:	6.c	03-02-2005			8.a 08-11-2005	
					8.b 08-11-2005	
					8.c 10-11-2005	
Sønderkærskolen:	6.b	18-08-2005	7.b	16-11-2005		
	6.a	24-08-2005				
Esajasskolen:						
Femagervejens klub:						X 24-01-2005
Køgevejens klub:						X 31-08-2005

Bilag 2

Ungdomsskolen tilbyder:

At vi kommer ud i klasserne og diskuterer rygning med eleverne, hvor udgangspunktet er elevernes hverdag, information om rygning og at skabe en dialog blandt eleverne. Vi "overtager" klassen, det er lettere for eleverne at tale om rygning, når der ikke er nogen som kan "sladre". Efterfølgende vil du få en status på klassens holdning og rygevaner.

Hvad kan vi?

- Starte en dialog med og blandt eleverne om deres viden om, erfaringer med og forhold til rygning.
- Formidle fakta og viden om rygning, afhængighed og påvirkning af helbredet.
- Få eleverne til at tænke over deres holdning til at ryge.

Hvad taler vi om?

- Hvorfor begynder vi at ryge?
- Hvad sker der i kroppen, når vi ryger?
- Er det svært at ryge?
- Hvem bestemmer om jeg skal ryge?
- Hvem er mine rollemønstre?
- Hvorfor er det svært, at sige nej til at ryge?

For hvem?

For eleverne i 6. – 10. klasse.

Hvor længe?

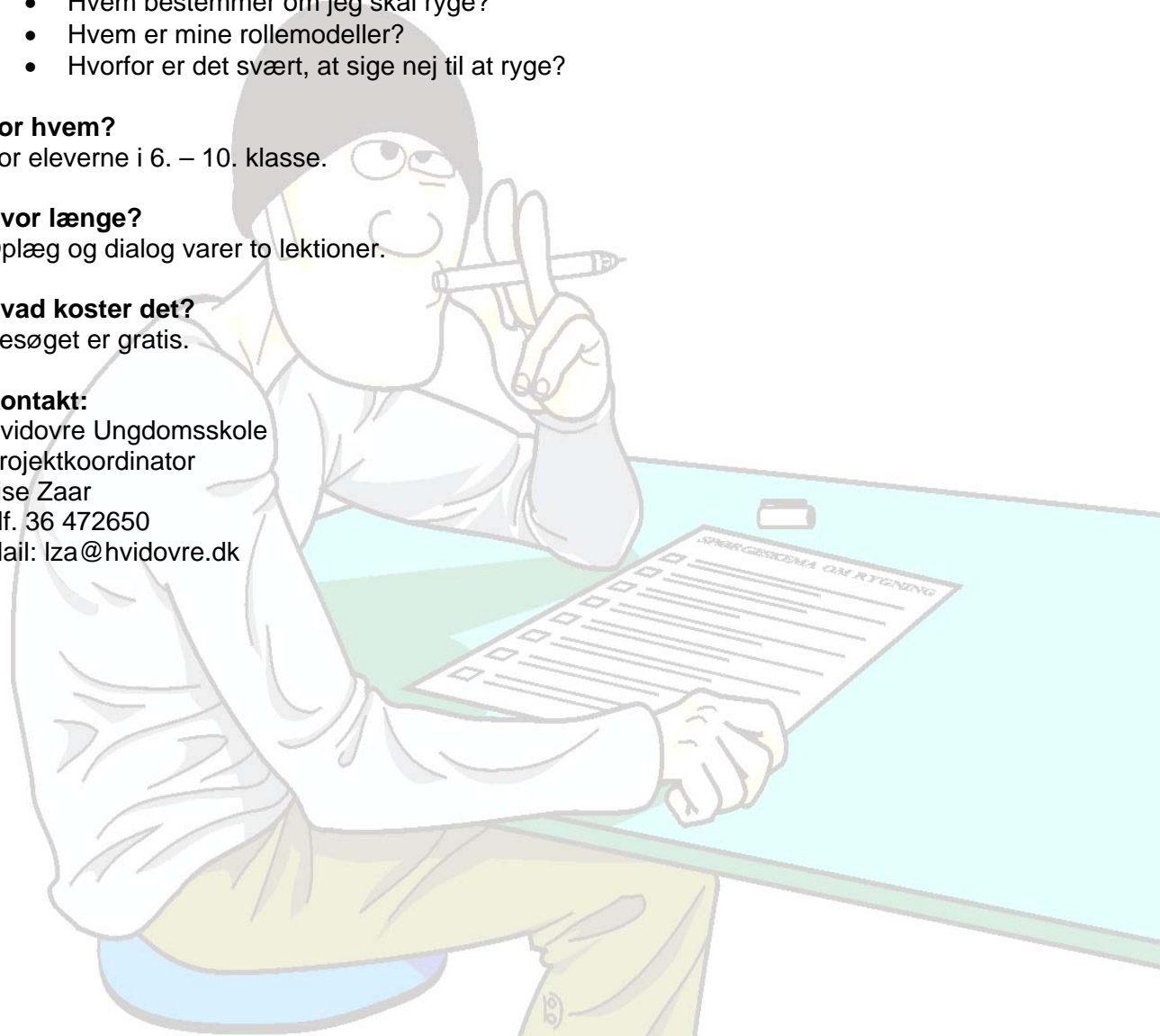
Oplæg og dialog varer to lektioner.

Hvad koster det?

Besøget er gratis.

Kontakt:

Hvidovre Ungdomsskole
Projektkoordinator
Lise Zaar
Tlf. 36 472650
Mail: lza@hvidovre.dk



Bilag 3

Evaluering af "Snak om tobak"		
1. Køn:	Dreng	Pige
2. Din alder	År	
3. Har du lært noget nyt omkring rygning/røg?	Ja:	Nej:
4. Tror du at noget af det vi har talt om i dag, vil påvirke din holdning til rygning fremover?	Ja:	Nej:
5. Ryger nogle af dine forældre?	Ja:	Nej:
6. Ryger mange af dine venner?	Ja:	Nej:
7. Er der noget som har skræmt dig? Hvis ja hvad?	Ja:	Nej:
8. Var der noget som påvirkede dig? Hvad?	Ja:	Nej:
Hvis du er ryger:		
1: Tror du også du vil være ryger som voksen?	Ja:	Nej:
2: Har du lyst til at stoppe med at ryge? 2a: Hvis ja – hvornår?	Ja:	Nej:
3. Vil du være interesseret i et rygestopkursus	Ja:	Nej:
Hvis du er ikke-ryger:		
1. Har du prøvet at ryge?	Ja:	Nej:
2. Hvis du har prøvet at ryge? Hvad var så det der gjorde at du ikke fortsatte?		
3. Tror du at du vil blive ved med at være ikke-ryger? 3b: Hvorfor?	Ja:	Nej:
Ris/ros og evt. en god ide:		

Bilag 4

SSP undersøgelsen dec. 2003

Tabel 13: Ryger du cigaretter? (procent)

	11 år		12 år		13 år	
	Hvidovre	Rødovre ⁹	Hvidovre	Rødovre	Hvidovre	Rødovre
Nej, har aldrig røget	88	60	86	79	74	77
Nej, men har tidligere røget	8	20	12	15	17	14
Ja, men kun til fester	4	0	2	2	6	5
Ja, 1-4 cigaretter om dagen	0	0	0	2	2	3
Ja, 5-9 cigaretter om dagen	0	0	0	1	0	0
J, 10-14 cigaretter om dagen	0	0	0	0	0	1
Ja, 15 cigaretter eller flere om dagen	0	20	0	1	0	0
I alt	100	100	100	100	100	100

Tabel 14: Ryger du cigaretter? (procent)

	14 år		15 år		16 år		17 år og ældre	
	Hvidovre	Rødovre	Hvidovre	Rødovre	Hvidovre	Rødovre	Hvidovre	Rødovre
Nej, har aldrig røget	60	61	53	47	37	40	50	38
Nej, men har tidligere røget	21	21	18	21	20	16	0	18
Ja, men kun til fester	8	10	11	13	10	12	17	18
Ja, 1-4 cigaretter om dagen	2	2	3	2	5	2	17	3
Ja, 5-9 cigaretter om dagen	3	2	7	6	7	8	17	9
J, 10-14 cigaretter om dagen	2	1	4	3	10	12	0	9
Ja, 15 cigaretter eller flere om dagen	4	2	4	7	10	11	0	6
I alt	100	100	100	100	100	100	100	100