



# Forebyggende rusarbeid ved Stend VGS

HANDLINGSPLAN

Stend, desember 2024

## Innledning

Stend videregående skole har som mål å være en trygg, god og inkluderende skole for alle elever og ansatte.

Skolen ønsker å være et sted hvor elevene øves opp til å ta gode valg angående rusmidler. Vi ønsker at den enkelte elev tar gode valg personlig, og i tillegg at elever kan påvirke hverandre til å ta gode valg.

Vi vet at man i årene på videregående skole kan risikere å stå overfor utfordringer relatert til rus. Det kan gjelde både bruk, kjøp og salg.

Denne handlingsplanen viser hvordan skolen vår jobber systematisk for et rusfritt skolemiljø. Den vil i tillegg kunne gi verdifull informasjon og tips både til elever, ansatte og foresatte i møte med rusrelaterte problemstillinger.

## Formål og delmål

*Stend videregående skole skal kontinuerlig arbeide for at vi skal ha et rusfritt skolemiljø*

- Skolen skal arbeide for at alle elever, ansatte og foresatte får oppdatert **informasjon** om rusrelaterte tema
- Skolen skal jobbe for at alle elever, ansatte og foresatte **vet hvor de skal henvende seg ved bekymringer** knyttet til rus.
- Skolen skal iverksette ulike **aktiviteter** på skolen for å **øke kompetansen** om rusrelaterte tema for elever og ansatte.
- Skolen skal **hjelpe** elever som har et rusproblem

## Lovgrunnlaget

Hovedbegrunnelsen for at skolen vår driver med rusforebyggende arbeid er hjemlet i flere lover/forskrifter:

- Opplæringsloven: Kapittel 12 Skolemiljøet til eleven
- Forskrift om skoleregler i Vestland fylkeskommune
- Forskrift om kommunens helsefremmende og forebyggende arbeid i helsestasjons- og skolehelsetjenesten: § 6. Innholdet i helsetjeneste i skoler

## Årshjul for informasjons- og forebyggende arbeid om rus

Hva	Hvordan	Når	For hvem	Ansvar
Informasjon om handlingsplan	Skolens nettside Første personalsamling I klassen	august	ansatte og elever	ass. rektor/ rådgiver for sosiale og personlige forhold kontaktlærer
Informasjon til foresatte/ foreldresamarbeid	Foreldremøter	august/ september	foresatte	rektor, ass. Rektor, rådgiver for sosiale og personlige forhold
Aktivitet i samarbeid med elevrådet	I elevrådet	I løpet av 1. termin	tillitselever	miljøkoordinator, rådgiver for sosiale og personlige forhold
Aktivitet i klassene	Aktivitet i klassene	november- april	Vg1-elever Vg2-elever VG3-elever	avdelingsledere, miljøkoordinator



# Rutiner ved ulike scenario

## Scenario 1: Ved bekymring om en elev sine rusvaner

Tiltak	Når	Ansvar
Melde til helsesykepleier/ rådgiver for sosiale og personlige forhold	Innen 3 dager	Den som er bekymret
Eleven innkalles til en samtale	Innen 3 dager etter melding	helsesykepleier/rådgiver for sosiale og personlige forhold

## Ved innrømmelse av utfordringer knyttet til rusvaner

Tiltak	Når	Ansvar
Informere om mulighet for hjelp/oppfølging av fagpersoner på skolen og eksterne samarbeidspartnere	Vurderes av de ansvarlige	helsesykepleier/rådgiver for sosiale og personlige forhold
Eventuelt varsle foresatte (under 18 år) eller oppfordre elev til å orientere foresatte (over 18 år)		
Innkalle elev og eventuelt foresatte for å diskutere hva som kan hjelpe eleven, og det videre forløpet.		
Plan for oppfølging		

## Uten innrømmelse av utfordringer knyttet til rusvaner

Tiltak	Når	Ansvar
Observasjonsperiode	2-3 uker	kontaktlærere/faglærere/miljøarbeidere
Ny samtale med elev		Helsesykepleier/Rådgiver for sosiale og personlige forhold
Eventuelt varsle foresatte ved fortsatt mistanke		
Eventuelt samtale med elev og foresatte. Det videre forløpet avtales		

### Scenario 2: Mistanke om at en elev er ruset på skolen

Tiltak	Når	Ansvar
Ta kontakt med avdelingsleder, rådgiver	Så tidlig som mulig	Den som har mistanke
Samtale med eleven	Så tidlig som mulig	rådgiver for sosiale og personlige forhold/helsesykepleier/avdelingsleder

### Ved synlig ruset på skolen

Tiltak	Når	Ansvar
Eleven skjermes, og foresatte kontaktes (under 18 år)	Så tidlig som mulig	ass. rektor/avdelingsleder
Eleven innkalles til samtale sammen med foresatte:  Informere om mulighet for hjelp/oppfølging av fagpersoner på skolen og eksterne samarbeidspartnere	Dagen etter	helsesykepleier/rådgiver for sosiale og personlige forhold
Plan for oppfølging	Vurderes av ansvarlige	rådgiver for sosiale og personlige forhold/avdelingsleder

### Scenario 3: Ved mistanke om overdose

Tiltak	Når	Ansvar
Kontakt rusakutten eller 113	Umiddelbart	Den som oppdager det

### Scenario 4: Ved mistanke om kjøp/salg av rusmidler på skolen

Tiltak	Når	Ansvar
Ta kontakt med rektor/ass. rektor/avdelingsleder	Samme dag	Den som har mistanke
Samtale med den/de det gjelder	Innen 3 dager	rektor/assisterende rektor/avdelingsleder
Kontakte foresatte (under 18 år)		
Kontakte politiet		
Oppfølgingsavtale med tilbud om hjelp	Vurderes av ansvarlige	helsesykepleier/rådgiver for sosiale og personlige forhold/eksterne

## Ressurspersoner på skolen

Benedicte Remme (helsesykepleier), tlf. 945 01 011

Heidi K. Friis-Eriksen, til 930 84 807

Liv H. Fjellanger (rådgiver for sosiale og personlige forhold), tlf. **456 19 133**

Karoline Henne Hille (rådgiver for sosiale og personlige forhold) tlf. **456 19 137**

Kari Spilsberg (assisterende rektor), tlf. **918 22 917**

I tillegg vil **rektor** og de ulike **avdelingslederne** være aktuelle personer å ta kontakt med:

Leif Sigurd Danielsen (rektor), tlf. **926 18 690**

Tine O. Laskemoen (avdelingsleder Salg, service og reiseliv), tlf. **997 16 796**

Rune Lindgren (avdelingsleder Idrettsfag), tlf. **930 01 375**

Anne-Kjersti Lien (avdelingsleder HTH) tlf. **416 73 710**

Torbjørn Litlere (avdelingsleder Naturbruk/Påbygg), tlf. **404 88 885**

Janne Seilen (avdelingsleder Naturbruk), tlf. **920 94 232**

Frode Skudal (avdelingsleder Sosial grunnkompetanse), tlf. **959 68 765**

Lars Ivar Sjøvik (avdelingsleder Yrkesfaglig grunnutdanning, HTA og anleggsgartner),  
tlf. **958 98 287**

## Hjelpetelefoner

Rusakutten: **53 03 27 79** (åpent 00.00-24.00 hver dag)

Rustelefon: **915 08 588**

Doping-telefonen: **800 50 200**

## Noen aktuelle nettsteder

[Ung Rus Oppdagelse \(URO\) på helse-bergen.no](http://helse-bergen.no)

[Skole og fagstoff på Rusinfo.no](http://rusinfo.no)

[Blå Kors på blakors.no](http://blakors.no)

[Psykisk helse - Helsedirektoratet](http://helsedirektoratet.no)

[Antidoping Norge på antidoping.no](http://antidoping.no)

[Ung Arena Bergen på bergen.kommune.no](http://bergen.kommune.no)

[Helsestasjon for ungdom ved Nesttun helsestasjon på bergen.kommune.no](http://bergen.kommune.no)

[Nasjonal kompetansetjeneste for samtidig rusmisbruk og psykisk lidelse \(ROP\) på rop.no](http://rop.no)

# Vedlegg 1: Noen tegn som tyder på at en elev har begynt å ruse seg

## Adferd

- Brå forandringer i adferdsmønstre
- Tap av interesse for skole, arbeid og deltakelse i fritidsaktiviteter
- Mye fravær fra skole
- Uventet eller påfallende skifte fra ellers faste omgangsvener til mer sporadiske og ubestemmelige miljøer som eleven ikke ønsker å gjøre ordentlig rede for
- Mer hyppige og langvarige fravær fra hjemmet, også utover kvelden/natten uten å gi noe god forklaring på dette
- Generelt inntrykk at fortroligheten til foresatte/lærere/venner blir dårligere
- Økt oppfarehet og irritabilitet
- Spesielt pratsom utover det normale, men hopper fra emne til emne uten klar sammenheng
- Økt tilgang på og behov for penger
- Sterke meninger om, og eventuelt latterliggjøring av, media eller "autoritetenes" fremstilling av rusmisbrukere og narkotika (spesielt Cannabis)

## Fysiske forandringer

- Vekttap
- Dårlig matlyst eller uvanlig stor matlyst
- Kvalme og oppkast
- Generelt redusert allmenntilstand
- Kløe i ansikt og hals
- Sterkt sammentrukne eller sterkt utvidede pupiller
- Røde, blodsprengete og/eller tårefylte øyne
- Stadig rennende nese
- Grimaser, skjærer tenner og skjelver på hendene

## Sosiale problemer

- Holder ikke avtaler, kan tas i store og små løgner, glemmer mye
- Bagatelliserer konflikter med skolen, hjem, arbeidsgiver, kamerater, politi o.l.
- Oppholder seg med kjente misbrukere
- Tyverier av gjerne lett omsettelige gjenstander
- Tiltakende "gi blaffen"- mentalitet og negativ innstilling til generelle samfunnsmessige normer
- Mindre opptatt av personlig hygiene

## Vedlegg 2: Generelle tegn på bruk av anabole steroider

### Under starten av bruken

- Økt oppstemthet
- Kraftig økt selvtillit
- Økt energinivå
- Mindre behov for søvn
- Økt seksuallyst
- Kan oppleve økt irritasjon, sinne og fiendtlighet

### Etter en viss tids bruk

- Nedsatt impuls kontroll
- Aggressiv atferd
- Økt mistenksomhet
- Økt sjalusi
- Redusert empati

### Etter avsluttet bruk

- Energiløshet
- Konsentrasjonsvansker
- Søvnforstyrrelser
- Redusert selvtillit
- Sosial tilbaketrekning
- Redusert seksuallyst
- Depresjon

