

Tobaksfri skoltid

Policy för tobaksfria barn och ungdomar i Olofströms kommun



OLOFSTRÖMS
KOMMUN

INNEHÅLL

- 3 **Skolans vision för tobakspolicyn**
- 3 **Tobakskonventionen**
- 4 **Policyns grund och riktlinjer**
- 6 **Handlingsplan för tobaksfri skoltid**
- 8 **Bilaga - Tobaksfri skoltid**
Stödmaterial till grundskolan och gymnasiet

Skolans vision för tobakspolicyn

På Olofströms kommuns grund- och gymnasieskolor arbetar vi för en tobaksfri skoltid, vilket innebär att elever, personal och besökare inte brukar cigaretter, snus eller e-cigaretter under skoldagen. Tobaksförbud råder övrig tid inom skolområdet och som skolområde räknas också utomhusplatser vid fritidshem.

Vi arbetar preventivt med ungdomar för att de inte ska börja bruka tobak och utveckla ett beroende. Detta är ett hälsofrämjande arbete för att öka tryggheten och för att alla förtjänar rätten till en god hälsa. Vi måste flytta fokus från att se tobaksprevention som en ordningsfråga till att se det som en skyddsfråga.

Mål

Målet är att ha ett förebyggande arbete där både elever, vårdnadshavare och personal är informerade och delaktiga, för att ha en grund för ett fortsatt tobakspreventivt arbete. Syftet är att jobba preventivt mot tobaksbruk bland ungdomar, även som ett sätt att tidigt förebygga bruket av alkohol och andra droger.

Ansvarig

Rektorn är ytterst ansvarig för att tobakspolicyn följs. All personal ska hjälpa till att upprätthålla att skolans tobaksregler följs. Det innebär att all personal på skolan aktivt ska ingripa mot elevers tobaksbruk enligt åtgärdsplanen. Skolan har en arbetsgrupp som bevakar tobaksfrågan.

Tobakskonventionen

Sverige har ratificerat, skrivit under, Tobakskonventionen som är en överenskommelse mellan ledarna för världens länder om att skydda barn och vuxna mot att skadas eller dö av tobak. (Världshälsoorganisationens ramkonvention om tobakskontroll).

Stöd i lagstiftning

Tobakslag 1993:581

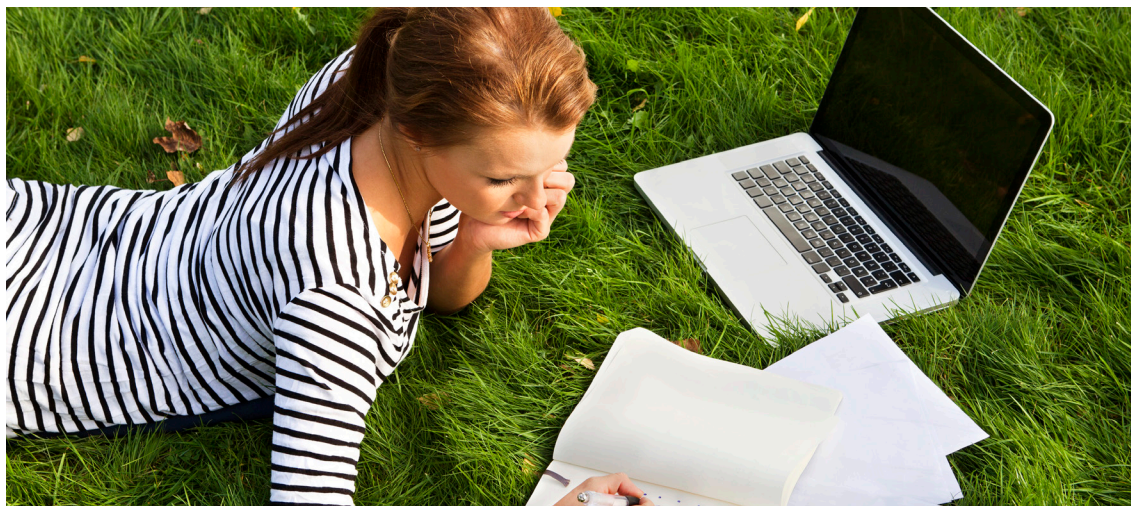
I tobakslagen som är en skyddslag regleras att rökning är förbjuden i lokaler som är avsedda för skolverksamhet och på skolgårdar enligt § 2. Det är även förbjudet att sälja tobak till personer under 18 år enligt § 12.

Definitioner

Med tobak menas alla former av tobak, alltså både rökning och snusning.

Med rökning innefattas rökning av alla produkter som inhaleras, exempelvis cigaretter, alla former av elektroniska cigaretter (e-cigg), cigarrer, vattenpipa, och andra former av pipor.

Med snus avses alla former av snus och annan rökfri tobak.



Policyns grund och riktlinjer

Information om policyn

Skolan ansvarar för att information om policyn ges till skolpersonal, elever och föräldrar samt att information om policyn läggs ut på skolans hemsida.

Riktlinjer för elever och skolpersonal

När en elev bryter mot skolans tobakspolicy ska personalen aktivt se till att det uppmärksammas och åtgärdas. Skolpersonalen är bärare och spridare av ett gemensamt förhållningssätt som utgår från denna policy. För att syftet ska uppnås betonas vikten av att samtlig personal förhåller sig och bemöter eleverna på ett enhetligt sätt. Personal ska agera i egenskap av förebilder för elever genom att inte bruka tobak under skoltid också i enlighet med kommunens beslut om en rökfri arbetstid.

Elever erbjuds tobaksavvänjning via elevhälsan och personal via företagshälsan. Erbjuder personalstöd och fortbildning i det tobaksförebyggande arbetet, ex genom årliga föreläsningar.

Förebyggande arbete

Skolan utgör en viktigt arena i det tobaksförebyggande arbetet, men det förebyggande arbetet måste också bedrivas på andra arenor i samhället och tillsammans med andra samhällsaktörer kan då goda resultat uppnås. Lärare och rektor ska enligt läroplanen ansvara för att eleverna får kunskap om riskerna med tobak, alkohol, narkotika och andra droger.

Skyltar om tobaksfri skoltid sätts upp vid entréer och ingångar.

Åtgärdsplan för externa besökare

Informera personen på ett trevligt, tydligt och kort sätt om att skolans område är tobaksfritt och hänvisa till skyltar och policyn.



Implementering

Handlingsplan och åtgärdsplan för elever tas fram utifrån policyn och anpassas till varje skola efter förutsättningar som personalorganisation och årskurs. Stödmaterial för detta arbete är bilaga till tobakspolicyn.

Uppföljning av policyn

Policyn följs upp årligen och revideras vid behov. Ansvarig för att initiera uppföljningen är skolans rektor.

Verktyg

- Tobaksfria veckan 47
- Feriearbete om tobak
- Samverkan med myndigheter som arbetar med tobakstillsynen, Miljöförbundet Blekinge Väst samt Länsstyrelsen.
- Information och samverkan med tobakshandlare, ex åldersgränser och vad tobaksfri skoltid innebär.
- Information till föräldrar ges alltid i samband med ett nytt läsår, föräldra- möten och klassmöten.
- Den kommunala policyn om tobaksfri skoltid skall vara lättillgänglig och känd av alla berörda (elever, personal, föräldrar och övriga besökare).
- Skolan skall vara en arbetsplats där fokus och strategi finns på att främja en god hälsa och friskvård. Policyn omfattar även de personer som tillfälligt besöker skolan.

Inspiration

- ANDT på schemat- betygsgrundande ämnesintegrerade skolverktyg
- Kontraktsmetod - ett evidensbaserad redskap för tobaksfrihet där elever, skolan och målsmän skriver kontrakt under skoltiden
- Motiverande samtal- är en specifik samtalsmetod och ett förhållningssätt med syfte att uppnå ökad motivation

Handlingsplan för tobaksfri skoltid

Tobakslagen är en skyddslag och är b.l.a. till för att skydda barn och ungdomar mot tobak och dess skadeverkningar. Det är enligt lag förbjudet att sälja tobak till ungdomar under 18 år. (enl. § 12 tobakslagen 1993:581)

Tobaksfri skoltid innebär att elever inte får använda tobak under hela sin skoldag och skoltid, oavsett var elev befinner sig. Rökning är förbjudet på skolan område. (enl. § 2 tobakslagen 1993:581)

Förebyggande

- Varje elev och vårdnadshavare (föräldrar) ska vid början av läsåret få kännedom om vad Tobaksfri skoltid innebär. Övriga elever och föräldrar skall kontinuerligt få info kring tobaksarbetet och tobaksfri skoltid. Policy och handlingsplan skall vara synlig (lättillgänglig) på skolans hemsida och vara känd av personalen och övriga besökare.
- Skolan arbetar tobaksförebyggande för att kontinuerligt tydliggöra vilka vinster som finns med ett tobaksfritt liv. Aktiviteter kring den tobaksfria veckan, 47
- Representanter för eleverna, ex elevråd skall involveras i det förebyggande arbetet genom olika insatser. Ex föreläsningar, värderingsövningar, etc.
- Varje mentor/klassföreståndare tar upp ämnet tobaksfri skoltid minst en gång under läsåret i samband med utvecklingsamtalet.
- Skolans elevhälsa/skolsköterska har möjlighet att erbjuda stöd till elever som vill och behöver hjälp med sitt tobaksbruk. Rökning och snus medför ökad risk för andra riskbeteenden som t ex bruk av alkohol och narkotika. Därför skall tobaksbruk bland elever tas på största allvar och att den rådande normen är ett tobaksfritt liv.
- Elevhälsan erbjuder elever tobaksavvänjning.
- Personal från socialtjänst informerar kontinuerligt föräldrar om risk och skyddsfaktorerna inom ANDT (alkohol, narkotika, doping, tobak).

Skolans personal ska agera i egenskap av förebild för eleverna genom att inte använda tobak på skolans område under skoltid. Vid varje föräldramöte skall skolan informera om tobaksfri skoltid. Lärare och rektor ska enligt läroplanen ansvara för att riskerna med ANDT (alkohol, narkotika, doping, tobak) och dess skadeverkningar finns med i elevernas utbildning.

Kurator/och eller skolsköterska ska förmedla tobaksavvänjningsstöd vid behov. Detta bör ske i samarbete med mentorer/klassföreståndare, föräldrar och elev. Handlingsplanen skall vara lättillgänglig och känd för alla berörda (elever, personal, föräldrar och övriga besökare)

Personal

- Personalen är förebilder och modeller
- Rökfri arbetstid gäller för all personal i kommunen
- Personalen ska vara tobaksfri i sina möten med eleverna
- Tobaksavvänjningsstöd erbjuds till skolans personal via företagshäl-
san
- Skolans personal ska inte röka strax utanför skolans område
- All personal som ser en elev bruka tobak på skoltid uppmärksammar dem om vilka regler som finns på skolan och vad Tobaksfri skoltid innebär.
- Personal informerar snarast elevens mentor/klassföreståndare om att eleven brutit mot Tobaksfri skoltid. Mentor/klassföreståndare informerar vårdnadshavare via brev eller mail om att eleven brutit mot reglerna kring tobaksfri skoltid. Samtidigt erbjuds eleven samtal om tobak hos elevhälsan/skolsköterskan

Bilaga - Tobaksfri skoltid

Stödmaterial till grundskolan och gymnasiet

Inledning

Denna skrift är en sammanställning av befintliga dokument, metoder och erfarenheter som finns nationellt, regionalt och lokalt. Materialet innehåller tips och råd för ett aktivt, långsiktigt och systematiskt arbete för en tobaksfri skola. Stödmaterialiet är riktat främst till grundskolan och gymnasiet men kan användas även inom förskolan eller andra verksamheter där barn och unga finns.

Målgrupp

Målgrupp för stödmaterialiet är personal inom grundskola och gymnasiet, förskola eller andra verksamheter där barn och unga finns.

Vad är en tobakspolicy?

En tobakspolicy är ett dokument som innehåller bland annat mål, regler, rutiner och förhållningssätt kring tobak för verksamheten. Det är viktigt att skilja på policydokument och handlingsplan.

Förankring

För att ett förändringsarbete ska fungera krävs ett uttalat behov av en förändring samt att det förankras hos såväl personal, elever som föräldrar. Detta arbete kräver både systematik och långsiktighet samt behöver anpassas efter varje verksamhet. Framtagandet och förankringen av policyn är minst lika viktig som själva dokumentet.

Systematiskt arbete för en tobaksfri skola

Syftet med att ha en tobakspolicy är att tydliggöra skolans förhållningssätt till tobak och därigenom underlätta den enskilde medarbetarens samt elevernas förhållningssätt till tobak.

Rökfri zon

för en frisk och hälsosam miljö



Korta fakta

Tobak

I tobak inkluderas alla former av tobaksprodukter, alltså både cigaretter, cigarrer, pip-tobak, snus, vattenpipstobak m.m.

Rökning

Med rökning menas förbränning av tobaksprodukter där rök inhaleras, exempelvis cigaretter, cigarrer och olika former av pipor, inklusive Vattenpipa.

Snus

Snus är den dominerande formen av oral tobak i Sverige. Tuggtobak förekommer också. Svenskt snus är ingen enhetlig produkt då nikotinhalt och sammansättning varierar stort. Snus är ingen rökavvänjningsprodukt utan syftar till att skapa och bevara ett beroende. Snus är kopplat till ökad risk för att bli rökare samt blandbrukare av tobaksprodukter.

E-cigarett

E-cigarett är en ingång till cigaretter för ungdomar. Den avger en typ av ånga som innehåller olika kemikalier och smakämnen. Produkten bör omfattas av skolans tobakspolicy och inte tillåtas. E-cigarett marknadsförs som ett substitut för cigaretter och innehåller oftast nikotin. Det är ingen enhetlig eller säker produkt och är inte godkänd för rökavvänjning.

Vattenpipa

Vattenpipa används främst för att röka en rökmassa bestående av sockermelass och tobak. Vattenpipa likställs med cigaretrökning gällande hälsorisker - det kan även vara ett insteg för cigaretrökning. En vattenpipssession motsvarar rökning av ca 100 cigaretter.

Rökfri skolgård

Enligt 2§ tobakslagen (1993:58) är det rökförbud på alla skolgårdar. Dessutom berörs även utomhusplatser inom barnomsorgen som kan likställas med skolgårdar, det vill säga ett särskilt iordningsställt och vanligen inhägnat område vid en förskola eller ett fritidshem.

Tobaksfri skoltid

Begreppet tobaksfri skoltid avser att rökning och/eller snusning inte är tillåten den tid det är verksamhet i skolan. Detta gäller både elever och personal.

Främjande insatser

Att stärka skyddsfaktorer i skolans miljö samt hos elever och personal. Insatserna riktar sig till alla. Det är viktigt att man t.ex. känner trivsel i skolan, att det finns tydliga normer och förväntningar och att man känner tillhörighet och anknytning.

Förebyggande insatser

Att identifiera riskfaktorer och förebygga dessa. Exempel på detta kan vara att avlägsna askkoppar, att sätta upp skyltar, att ha rutiner när man upptäcker att en elev använder tobak i skolan.

Åtgärdande insatser

Att genomföra åtgärder där det finns behov, exempelvis att erbjuda tobaksavvänjning för elever eller personal.

TBU

TBU - tobaksfria barn och unga i Blekinge är ett samverkansprojekt mellan Blekinge läns kommuner, landstinget och länsstyrelsen och syftar till att bygga upp arbetssätt och strukturer för ett långsiktigt och enhetligt tobaksförebyggande arbete riktat till barn och unga i Blekinge län.



Vanliga frågor och svar

Hur ska vi göra med de rökare som redan finns på skolan?

Se rökare som en resurs i arbetet. Var tydlig med att ni är för en tobaksfri skola och inte mot rökarna. Om ni möter motstånd, framhåll det positiva samt att detta görs utifrån omtanke och hänsyn. Arbeta enhetligt, långsiktigt och systematiskt, det finns inga "quick-fix". Möt eventuellt motstånd i tid innan policyn införs. Det är också mycket viktigt att tobaksanvändare erbjuds stöd att sluta, både elever och personal.

Rökande/snusande personal?

Personal som använder tobak har ofta en annan förståelse och kunskap kring tobaksbruk som kan hjälpa i arbetet med tobakspolicy. Personal är också vuxna förebilder. Personal som röker/snusar med/inom synhåll för elever kan öka risken för att eleverna själva använder tobak.

Tobaksfri skoltid eller skolgård?

Vi rekommenderar tobaksfri skoltid då man slipper onödiga diskussioner med elever som står strax utanför skolans område samt så inkluderas ex. utflykter i policy. Skolgården är lagstadgat rökfri oavsett person eller tidpunkt. Det är därför också väldigt olämpligt med askkoppor och dylikt inom skolans område.

När är det lämpligast att införa en tobakspolicy?

Ett vanligt misstag är att gå för fort fram och inte låta förankringen få ta sin tid. Bäst resultat fås vid en väl genomförd förankring. Erfarenheten talar för att två terminer ofta är en rimlig period för att ta fram och förankra policy m.m. Terminsstarter brukar vara en lämplig startpunkt.

Måste vi vara "rök-poliser"?

Det bör vara tydligt för personal hur de ska hantera elever som bryter mot en policy. Ett exempel är att alla lärare/personal säger till elever de ser röka under skoltid medan klassföreståndare/mentorerna är de som kan ta en längre diskussion. Det viktigaste är enhetlighet, om personal inte reagerar mot rökande elever så märker eleverna detta fort, vilket riskerar skapa en upplevd acceptans för rökning.

Vad gör vi om någon bryter mot vår policy?

Upprätthåll rutinerna. Relationen till eleven är viktig och det viktigaste är inte konsekvenserna utan att personalen reagerar/agerar enhetligt. Nära samarbete med vårdnadshavare är en viktig insats oavsett elevens ålder.

Kan vi ha en rökruta?

Nej, det är enligt tobakslagen otillåtet att upplåta en rökruta eller liknande även utanför skolområdet eftersom även detta område då kommer att jämföras med en skolgård. Har man tobaksfri skoltid så slipper man dessa diskussioner, då det inte är tillåtet att bruka tobak under skoltid.

Hur gör vi med tobaksavvänjning/nikotinläkemedel?

Elevhälsopersonal bör ha gått en grundkurs i tobaksavvänjning. Detta för att ge dem verktyg och metoder i att ge råd och stöd kring rök/snusstopp. Nikotinläkemedel kan användas som komplement till stödet, helst i samråd med skolläkare och/eller föräldrar ifall eleven är under 18 år. Ungdomsmottagningen har tagit fram en app för avvänjning riktad mot ungdomar. Appen heter *Fimpaaa!* Appen kan laddas ner gratis både till android och iphone.

Fungerar det verkligen med en tobakspolicy?

Ja, under vissa förutsättningar. Enligt en rapport från folkhälsomyndigheten är fyra punkter essentiella för en effektiv policy; ett bra klimat på skolan, en tydlig policy, enhetliga rutiner, samt undervisning om hälsa och levnadsvanor inriktad på fakta, attityder och känslor. Därtill viktigt att detta är ett långsiktigt arbete som behöver ta tid.

Jag är pedagog och vill ta upp tobak på min lektion, var kan jag få bra tips?

Oavsett vilket ämne du ska undervisa i finns det bra vinklar att arbeta utifrån då tobaksfrågan är så pass stor och berör allt från samhället till den egna kroppen. ANDT på schemat är ett väl fungerande, betygsgrundande material för ämnesintegrering. Materialet finns på: www.drugsmart.com/andt/

Steg för steg

1

Tobakspolicy

Förankra tobakspolicyn hos skolpersonal, elever och föräldrar och gå igenom:

- Skolans vision med policyn, definitioner, regler och rutiner.
- Gemensamt förhållningssätt
- Främjande, förebyggande och åtgärdande insatser

2

Arbetsgrupp

Rektor eller ledning utser en arbetsgrupp för framtagande av handlingsplan, bestående av pedagoger, elevhälsa och övrig personal. Rektor bör driva arbetet eller ge ett tydligt mandat till arbetsgruppen att ta beslut som leder arbetet framåt. Detta är väldigt viktigt för att skapa legitimitet och effekt i arbetet. Det är viktigt att även elever involveras. Bestäm mötesdatum regelbundet över en termin i förväg samt vem som är sammankallande. Få tydlighet i hur mycket arbetstid och resurser man har.

3

Nulägesbeskrivning

Kartlägg och sammanställ kort hur situationen ser ut på skolan när det gäller bruk av tobak så som rökning och snusning, men även om det förekommer exempelvis e-cigarett.

Denna information kan delvis ges av den årliga levnadsundersökningen.

- Tobaksanvändning bland elever och personal. Var och när används tobak på skolområdet?
- Definiera vad som är skolområdet.
- Vad görs idag när det gäller tobak?

4

Handlingsplan

En handlingsplan med tid, aktiviteter och ansvar ger en konkret arbetsgång för att ta fram en handlingsplan. Det är viktigt att planen har ett realistiskt tidsperspektiv. Handlingsplanen är ett separat arbetsdokument och kan innehålla bland annat:

- Mötesdatum för arbetsgrupp
- Föreläsning/utbildning till personal och elever
- Remissdatum för handlingsplan

5

Delaktighet och inflytande

Handlingsplanen bör skickas på remissrunda till all personal och elever då det förbättrar förankringen i verksamheten. Det är viktigt att eleverna blir delaktiga i processen, exempelvis genom elevråd. Ta upp för- och nackdelar, ansvar i gruppen och kom överens om ett gemensamt förhållningssätt.

6

Redigera och fastställ handlingsplan

Redigera och fastställ handlingsplanen utifrån det som framkom från remissrundan.

7

Information

Informera och kommunicera med personal, elever och föräldrar om arbetet för en tobaksfri skoltid och att det finns ett policydokument och handlingsplan för arbetet.

Exempelvis via brev hem vid terminstart, hemsida, mentorsamtal, föräldramöten m.m.

8

Genomförande

Genomför de olika insatserna i handlingsplanen.

9

Uppföljning och utvärdering

Utvärdera kontinuerligt samt revidera handlingsplanen vid behov.

Framgångsfaktorer för en tobaksfri skola

Tips och råd från skolor som arbetat för tobaksfri skola.

- Förankringsarbete först i ledningsgrupp, personalgrupp och sen elevgrupp är avgörande för hur bra genomförandet lyckas.
- Tydligt mandat från ledningen.
- Tydlig struktur gällande uppdelning av ansvar och insatser.
- Stöd till personal gällande bemötande av elever.
- Viktiga ord: tobakslag, förberedelse för arbetslivet, solidaritet, vuxna som bryr sig.
- Delaktigheten hos eleverna, ta del av deras tankar och funderingar.
- Information till elever och föräldrar innan och efter skolstart.
- Arbeta aktivt med närliggande arbetsplatser och näringsidkare i anslutning till skolan.
- Städa bort fimpar på skolgården.
- Förmedla beröm och eventuellt belöning till eleverna.
- Erbjud tobaksavvänjning till elever och personal.

Exempel på bra och positiva argument för en tobaksfri skola:

- Rökning smittar, det är osolidariskt att röka, inte rebelliskt.
- Vi behöver er rökares hjälp för att inte fler ska börja röka.
- Vi vill förbereda er för arbetslivet, många arbetsgivare har rökfri arbetstid.
- Tobakslagen förbjuder rökning i barn och ungdomsmiljöer, det kommer att bli ännu hårdare regler som ställer större krav på skolor att arbeta med frågan - vi vill vara förberedda på det.
- Färre och färre ungdomar som röker (slå hål på majoritetsmissförstånd att "alla röker").
- Du vet väl att du kan få hjälp att sluta?
- Med en tobaksfri miljö gör vi det enklare för de som vill sluta att faktiskt sluta - och klara det.
- Tänk på att du som elev är en förebild för de yngre på skolan - de tar efter dig.
- Röken kan vara väldigt obehaglig och skadlig för andra, speciellt för de med astma- och doftkänslighet.

Positiva effekter av arbetet där man inför tobaksfri skoltid

- Införandet gick över förväntan bra och var lättare än man kunnat föreställa sig.
- Positiva reaktioner från elever, personal och föräldrar.
- Färre antal elever som börjat röka och fler elever som slutat eller försöker sluta.
- Färre avbrott på lektionerna.
- Bättre arbetsmiljö för elever och personal.
- Skolan enades kring något viktigt.
- Mindre skräp på skolgården (fimpar och dylikt).

Övergripande dokument

Lagar

Skollag 2010:800

Kap. 2 Huvudmän och ansvarsfördelning 25 § Elevhälsa.

Kap. 5 Trygghet och studiero 3 § Arbetsmiljö

Tobakslag 1993:581

Begränsning av rökning i vissa lokaler och utrymmen samt på vissa områden utomhus

2 § Rökning är förbjuden i lokaler som är avsedda för barnomsorg, skolverksamhet eller annan verksamhet för barn eller ungdom samt på skolgårdar och på motsvarande områden utomhus vid förskolor och fritidshem.

Styrdokument

Tobakskonventionen

WHO:s Ramkonvention för tobakskontroll

FN:s konvention för barns rättigheter

Konventionen om barns rättigheter

Läroplaner

Läroplan för förskolan, Lpfö 98

Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet Lgr 11

Läroplan, examensmål och gymnasiegemensamma ämnen för gymnasieskola 2011 Skolverket

Folkhälsa, nationella folkhälsomål

Målområde 3: Barn och ungas uppväxtvillkor

Målområde 11: ANDT



