

INVITATION
til samarbejde
om unges
sundhed og
trivsel

Inspirations- katalog

til partnerskaber mellem
ungdomsuddannelser
og kommunerne på
Vestegnen og Sydamager



○ RØDOVRE
○ GLOSTRUP
○ ALBERTSLUND
○ HØJE-TAASTRUP ○ BRØNDBY
○ VALLENSBÆK
○ ISHØJ ○ HVIDOVRE
○ TÅRNBY
○ DRAGØR

Klar livet
- uden røg
og rusmidler

Forord

Kære samarbejdspartner

Der sker store ændringer i unges sundhedsadfærd i skiftet fra grundskole til ungdomsuddannelse. Langt de fleste unge er sunde, trives godt og udvikler sig, som de skal. Men desværre er der også flere og flere unge, der har dårlig mental sundhed samt flere, der begynder at eksperimentere med tobak og rusmidler.

På tværs af Vestegnen og Sydamager er vi ti kommuner, der er fælles om en tiårig indsats omkring unges mentale og fysiske sundhed og om en røgfri generation 2030. Gennem samarbejde med ungdomsuddannelser, frivillige organisationer og foreninger ønsker vi at styrke unges muligheder for at gennemføre en uddannelse og leve det liv, de gerne vil.

Vi ved, at unge bevæger sig på tværs af kommunegrænser. Derfor er det vigtigt, at vi samarbejder på tværs af kommunerne, og løfter i flok. Derfor er et partnerskab med en ungdomsuddannelse – som jeres – centralt for indsatsen.

Langt de fleste unge går på en ungdomsuddannelse, og sammen har vi mulighed for at gå i dialog med de unge. Med dette inspirationskatalog ønsker vi at inspirere, igangsætte indsatser og skabe rammer for, hvordan vi sammen kan styrke unge til at blive gode aktører i eget liv, så de bedre kan håndtere de udfordringer, som er uundgåelige at møde i ungdomslivet.

Derfor vil vi gerne invitere jer til et samarbejde, hvor vi skaber de bedste forudsætninger for vores unges fysiske, mentale og sociale sundhed. Sammen er vi stærkere. Vil I være med?

Med venlig hilsen

Kommunerne på Vestegnen og Sydamager



Invitation til partnerskab

Vi inviterer til et partnerskab, hvor kommune og ungdomsuddannelse sammen med de unge arbejder med rammer, strukturer og indsatser, der er med til at forme unges hverdag.

Ideen er, at vi i fællesskab igangsætter og gennemfører relevante initiativer og aktiviteter på den enkelte uddannelse og på begge sider investerer tid, engagement og ressourcer i partnerskabet. Et partnerskab, der baserer sig på gensidig forpligtelse i forhold til det, der sættes i gang.

Ungdomsuddannelser har en anden kerneopgave end sundhed, og unge kan have mange forskellige mål i livet. Samtidig ved vi, at uddannelsesniveau er en central indikator for sundhed samt at god trivsel og sundhed er et middel, der bidrager til at nå andre mål, som fx uddannelse og livssucces. Der kan skabes synergi i fælles mål og samarbejde imellem os. Det er derfor væsentligt, at vi i vores arbejde med at styrke unges sundhed og trivsel fokuserer på, hvordan fysisk, mental og social sundhed kan styrkes i ungdomsårene, så det bidrager til, at de unge kan realisere deres mål. Derudover er det væsentligt, at vi inddrager de unge, så indsatserne bliver meningsfulde for dem.

WHO har følgende definition på sundhed: "Sundhed er en tilstand af fuldstændig fysisk, psykisk og socialt velvære, og ikke blot fravær af sygdom, smerter eller andre skavanker." Sundhed anskues som en ressource i hverdagen, ikke målsætningen i livet. Sundhed er hermed et positivt begreb, der understreger sociale og personlige ressourcer såvel som fysiske evner.

Ressourcerne i partnerskabet varierer i forhold til valg af aktiviteter. Eksempelvis ved udarbejdelse af politikker er det ungdomsuddannelsen, som står for rekruttering af elever, lærere, studievejledere og ledelse til at indgå i arbejdet, hvor vi vil bidrage med processer og nyeste viden. Ved nogle aktiviteter investerer ungdomsuddannelsen de fleste kræfter i indsatsen, og vi kommer med den sundhedsfaglige ekspertise og vejledning. I andre tilfælde er det os, der trækker det store læs med planlægning og afholdelse af hele aktiviteten.

Hvert år gøres status for arbejdet med målene. Der vil være mulighed for at tage nye mål ind og gamle mål ud. Der vil fortsat være udviklingsområder, som ligger i pipeline for partnerskabet i de følgende år.





Hvad byder vi ind med?

Et årligt partnerskabsmøde

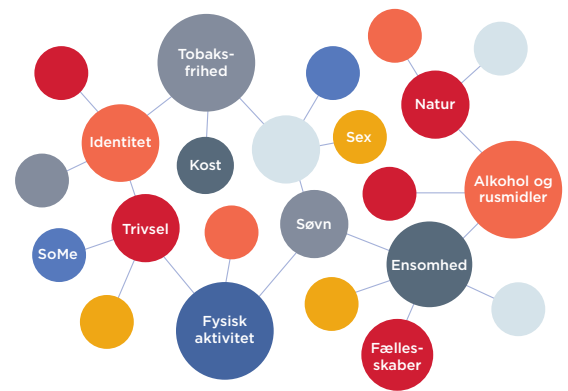
Vi mødes årligt og drøfter det forgangne år, og sammen planlægger vi sundhedsindsatser for det kommende år. Drøftelsen må meget gerne tage udgangspunkt i aktuelle tal fra Ungeprofilundersøgelsen samt jeres egne ønsker og intuitive forståelse for, hvilke sundheds- og trivselsmæssige udfordringer, der er behov for at sætte fokus på. På mødet sætter vi rammerne for årets prioriterede indsatser og indgår aftaler om konkrete ydelser.

Hjælp til at gennemføre Ungeprofilundersøgelsen

Ungeprofilundersøgelsen giver aktuel viden om unges trivsel, sundhed, livsopfattelse og livssituation og bidrager dermed til at styrke os med viden til en forebyggende indsats. Da alle kommuner i vores tværkommunale samarbejde har valgt at tegne abonnement med BørnUngeLiv, har I mulighed for at gennemføre en undersøgelse på jeres uddannelsesinstitution hvert eller hvert andet år. Vi hjælper gerne med at planlægge og gennemføre elevernes udfyldelse af undersøgelsens spørgeskema. Vi laver rapporten, tilbyder at præsentere undersøgelsens tal og tilbyder at indgå i en dialog om resultaterne.

Løbende dialog og sparring på sundheds- og trivselsmæssige udfordringer

Som et naturligt element i vores partnerskabsaftale, har I mulighed for at kontakte os i løbet af året, når I har brug for sparring fx på konkrete aktuelle udfordringer. Vi har et stort netværk både internt i kommunerne og med en række eksterne organisationer og foreninger. Det betyder, at vi har mulighed for at besvare specifikke sundhedsmæssige spørgsmål og/eller skabe kontakt til relevante samarbejdspartnere.



Faglig sparring og støtte til at gennemføre workshops

Vi tilbyder faglig sparring og støtte til udarbejdelse eller videreudvikling af politikker eller handleplaner på forskellige sundheds- og trivselsmæssige indsatsområder. Det kan fx være en alkohol- og rusmiddepolitik, der skal sikre en sundere alkoholkultur på skolen. Vi deltager gerne i både planlægning og gennemførelse. Vi har mulighed for at trække på erfaringer og værktøjer fra andre skoler og uddannelsesinstitutioner.

Brobygning mellem unge og relevante kommunale tilbud

Alle kommuner har veludbyggede kommunale ungeindsatser med håndholdte tilbud til unge. Vi tilbyder at hjælpe med at bygge bro og få guidet unge med behov for hjælp de rigtige steder hen. Det kan være til et kultur- og fritidstilbud, et social-eller idrætstilbud. Det kan også være hjælp til unge, der har mistet en pårørende, unge i et begyndende misbrug eller unge med mentale udfordringer. Vi har også overblik over tilbud hos NGO'er som blandt andet Headspace, Ventilen og andre relevante organisationer og foreninger.

Events og kampagner

Som kommunal aktør tilbyder vi at deltage i udvalgte nationale og internationale kampagner og støtte op med forskellige events. Der findes mange årlige mærkedage, som er en god anledning til at få sat fokus på en sundhedsfaglig problemstilling. Det kan være Årets Fuld-korndag, World No Tobacco Day, Uge 6, Danmark Spiser Sammen og mange flere. Dette vil vi typisk gøre i samarbejde med eksterne organisationer. Det kan fx være Kræftens Bekæmpelse, Sex & Samfund m.fl.

Samtaler om sundhed

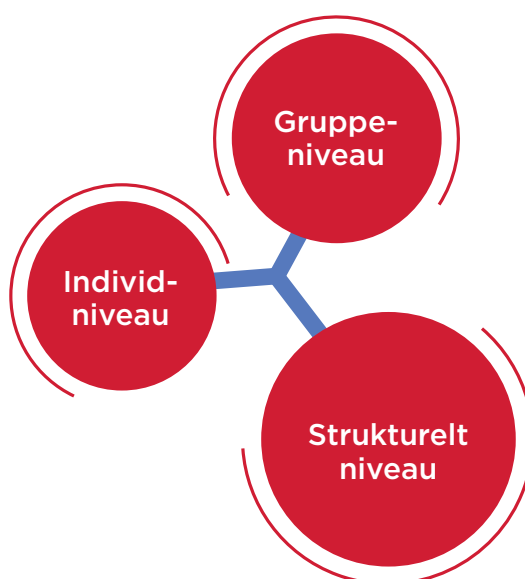
Samtaler om sundhed består i anonyme, fortrolige og personlige samtaler mellem elev og en kommunal sundhedsfaglig medarbejder. Det er en åben samtale om elevens generelle trivsel og sundhed. Sundhedssamtalerne tager afsæt i det brede sundhedsbegreb og kan på den måde dreje sig om fysisk, social og/eller mental velvære. Fokus for samtalen er, at eleven selv bringer relevante problemstillinger i spil. Den unge skal mødes dér, hvor den unge er. Afhængig af skolens størrelse og hvorvidt jeres uddannelse har optag en eller to gange årligt, kan vi tilbyde at gennemføre samtaler med elever i udvalgte klasser 2-3 dage 1-2 gange om året. Vi vil som udgangspunkt stille med to medarbejdere til samtalerne.



Vi arbejder flerstrengt og helhedsorienteret

Den største effekt ved sundhedsfremmende og forebyggende indsatser opnås, når der arbejdes helhedsorienteret og flerstrengt og med inddragelse af målgruppen. Det betyder, at det er vigtigt både at arbejde med de rammer og strukturer, som former unges hverdag og at arbejde med gruppe- og individrettede indsatser og tilbud, som er meningsfulde for de unge.

Et eksempel kunne være inden for mental sundhed. Uddannelsesstedet kan med inddragelse af de unge udvikle eller revidere en trivselspolitik, som skal være med til at styrke det daglige arbejde med at skabe gode muligheder for sunde fællesskaber og miljøer, der fremmer trivslen (strukturelt niveau). Herudover kan man fokusere på de enkelte klassers trivsel – hvilke konkrete indsatser er der brug for (gruppeniveau)? Samtaler om sundhed er en individuel samtale, der skal være med til at fremme den unges generelle sundhed og være en mulighed for, at udvalgte unge kan tale om det, der fylder (individniveau).



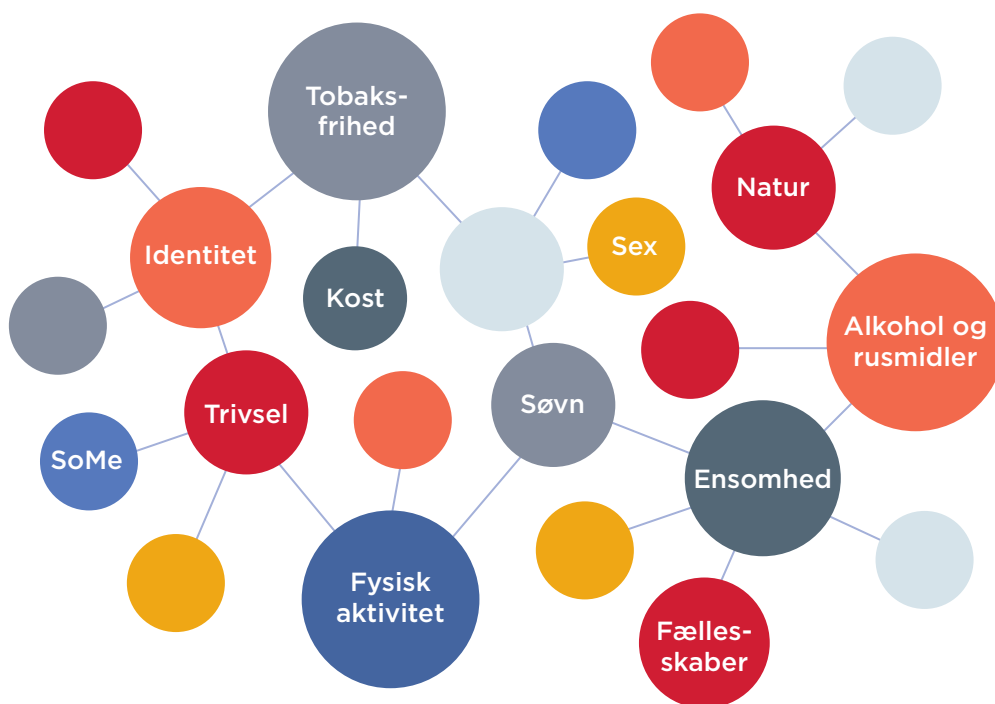
Inspiration til indsatsområder

Der er mange veje at gå, når der skal sættes fokus på sundhed og trivsel. Resultater fra undersøgelser, som fx Ungeprofilundersøgelsen, trivselsmålinger og andre rapporter kan give et fingerpeg om, hvor der er brug for at gøre en indsats. I tæt dialog med elevråd, lærere og studievejledere kan de rette temaer for en indsats indkredses og sammen kan vi konkretisere årets plan.

Vi samarbejder med og har tæt kontakt til en række frivillige organisationer, som har relevante og spændende tiltag målrettet unge. Det gælder bl.a. Kræftens Bekæmpelse, Sex & Samfund, Ventilen m.fl.

Vi har et godt overblik over relevante kampagner fra offentlige myndigheder, og vi har en stor vidensbank med erfaringer fra mange kommunale projekter, som eventuelt kan bringes i spil på ungdomsuddannelserne.

I nedenstående figur har vi opstillet nogle af de temaer, der er aktuelle lige nu. Sammen kan vi arbejde med temaer på forskellige måder med det fælles formål, at flest mulige unge gennemfører en ungdomsuddannelse. Under hvert tema, er der mulighed for at udføre strukturelle, gruppe- og/eller individorienterede indsatser. Baseret på jeres og de unges behov, ressourcer og motivation ser vi sammen på hvilke aktiviteter, det giver mening at igangsætte.



Om os

Vi er ti kommuner på Vestegnen og Sydamerica: Albertslund, Brøndby, Dragør, Glostrup, Hvidovre, Høje-Taastrup, Ishøj, Rødovre, Tårnby og Vallensbæk. Vi samarbejder i en tiårig indsats om unges trivsel og sundhed og om en røgfri generation i 2030.

Vi samarbejder om unges fysiske og mentale sundhed, ved at:

- Etablere partnerskaber med ungdomsuddannelser
- Styrke samarbejdet om sundhedsfremme og forebyggelse på tværs af forvaltninger og kommuner
- Generere og dele viden om unges fysiske og mentale sundhed

Vi samarbejder om en røgfri generation 2030 med:

- Tobaksfri skoler og ungdomsuddannelser
- Tobaksfri fritid (foreninger og udearealer)
- Hjælp til rygestop til udsatte grupper og sårbare unge

Vil du vide mere om Klar livet – uden røg og rusmidler

- Besøg vores hjemmeside www.klarlivet.dk
- Skriv til os på sekretariatet@klarlivet.dk
- Ring til projektleder Helle Stuart på 2022 0745

