



Forprosjekt gjennom Program for folkehelsearbeid i kommunene,  
Helsedirektoratet og Viken fylkeskommune.

2024

Folkehelsegruppa i Hallingdal, FHGH, sin rapport i kartlegging av rusforebyggende arbeid blant barn og unge i Hallingdal.

**Heidi Storeskar**

Interkommunal  
folkehelsekoordinator  
Hallinghelse

## Forord

Folkehelsegruppa i Hallingdal, FHGH, er et interkommunalt folkehelseråd som har ansvaret for å sikre et likeverdig folkehelsearbeid på tvers av kommunegrensene i de seks kommunene. Samlet oversikt over folkehelsen i Hallingdal og utfordringsbildet, også nasjonalt, samt tilbakemeldinger fra kommunene og innbyggerne har ført til valgt fokus på temaet rusforebyggende arbeid for barn og unge i Hallingdal, inkludert brede tiltak som er eller kan være rusforebyggende med psykisk helse i fokus.

Folkehelseloven (2011), § 3. definerer folkehelse og folkehelsearbeid som:

*Folkehelse: befolkningens helsetilstand og hvordan helsen fordeler seg i en befolkning.*

*Folkehelsearbeid: samfunnets innsats for å påvirke faktorer som direkte eller indirekte fremmer befolkningens helse og trivsel, forebygger psykisk og somatisk sykdom, skade eller lidelse, eller som beskytter mot helsetrusler, samt arbeid for en jevnere fordeling av faktorer som direkte eller indirekte påvirker helsen.*

Målet er et likeverdig tilbud, fremme psykisk helse, forebygge ruslidelser og utjevne sosiale ulikheter i helse i tråd med Folkehelsemeldinga og andre nasjonale føringer (Meld. St. 15). FNs bærekraftsmål nr. 3 God helse og livskvalitet for alle, og nr. 17 Samarbeid for å nå målene er gjennomgående for å nå målene over (FN, 2015).



## Innhold

Forord.....	1
Innledning.....	4
Lovverk, veiledere og retningslinjer .....	5
Eksisterende tiltak innenfor rusforebyggende arbeid i Hallingdal.....	6
Politiet .....	6
Samordning av lokale rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak, SLT .....	7
Barneverntjenesten i Hallingdal .....	9
Oppfølgingstjenesten (Viken/Buskerud), OT.....	9
Pedagogisk-psykologisk tjeneste, PPT .....	11
Trygg oppvekst i Hallingdal.....	11
Videregående skoler.....	11
Ungdomslosene i Hallingdal .....	12
NAV (IPS Ung) .....	14
Frivillige lag og organisasjoner .....	14
Eksisterende tiltak innenfor rusforebyggende arbeid i kommunene .....	18
Flå .....	18
Gol .....	20
Hemsedal.....	21
Hol .....	24
Nesbyen.....	24
Ål.....	27
Tabell. 1 Oversikt over tiltak i Hallingdal 2024.....	30
Erfaringer i Hallingdal.....	31
Politiet .....	31
Samordning av lokale rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak, SLT .....	31
Barneverntjenesten i Hallingdal .....	33
Trygg oppvekst i Hallingdal.....	33
Videregående skoler.....	33
Ungdomslosene i Hallingdal .....	34
NAV (IPS UNG).....	35
Frivillige lag og organisasjoner .....	35
Erfaringer i kommunene.....	37
Flå .....	37
Gol .....	38

Hemsedal.....	40
Hol .....	41
Nesbyen.....	41
Ål.....	42
Avdekte behov i Hallingdal.....	45
Politiet .....	45
Samordning av lokale rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak, SLT .....	45
Barneverntjenesten i Hallingdal .....	47
Videregående skoler.....	47
Ungdomslosene i Hallingdal .....	48
Frivillige lag og organisasjoner .....	49
Avdekte behov i kommunene .....	51
Flå .....	51
Gol .....	51
Hemsedal.....	53
Hol .....	53
Nesbyen.....	54
Ål.....	55
Samlet vurdering og anbefaling til tiltak videre .....	57
Hallingdal som region.....	57
Møteplasser og transport.....	57
Politiet .....	57
Oppvekstetatene .....	58
Foresatte og foreldre nettverk .....	59
Arrangementer .....	59
Folkehelsegruppa i Hallingdal.....	60
Evalueringsprosjektet .....	62
Utfordringer og bias i kartleggingsprosessen.....	64
Informasjon og bidragsyttere .....	65
Referanser .....	66

## Innledning

Forprosjektet har kartlagt og systematisert informasjonen kommunene og andre bidragsytere har delt for å kunne få et godt og tydelig overblikk over hvilke tiltak og aktiviteter som eksisterer, hvilke erfaringer man har og hvilke behov man anser som er størst videre. Folkehelsegruppa har vært prosjekt- og referansegruppe i dette forprosjektet. Daglig leder i Hallinghelse har sammen med Folkehelsegruppa i Hallingdal evaluert forprosjektet underveis, midtveis og ved ferdigstilt rapport. Videre har ulike behov, tiltak og aktiviteter blitt vurdert og vektlagt, der vi ønsker gode, kontinuerlige tiltak og aktiviteter for både helse- og oppvekstsektorene, fylkeskommunale institusjoner, samt folkehelsen og samfunnet som en helhet i Hallingdal.

I innsamlingen av informasjon og kartleggingsfasen har henvendelsene gått både til oppvekst- og helsesektoren i hver kommune, samt andre nøkkelpersoner, fylkeskommunale og statlige myndigheter med tilstedeværelse Hallingdal, der invitasjonen til et møte har vært åpen slik at hver kommune kan velge hvor mange og hvilke deltagere som vil bidra. I noen kommuner har alle ledelsesnivåer bidratt og i andre er det kun enkelte nivå som har gitt innspill.

Alle kommunene har forsøkt å favne om det som finnes på de ulike nivåene, og slik sett hatt med innspill fra hele kommunen. Med det menes tiltak og aktiviteter av en forebyggende og eller helsefremmende karakter innenfor rusforebyggende arbeid og eller styrkende for psykisk helse, derav potensielt og indirekte rusforebyggende. Herunder faste, systematiske og enkelt tiltak, som også kan være vilkårlige og f.eks. årlige. Det er viktig å ha med seg at det allikevel kan finnes tiltak og aktiviteter som er rusforebyggende og helsefremmende som her ikke er nevnt, det kan også være at flere kommuner har samme tiltak, men ikke alle har fått de med her.

Grunnet forprosjektets tidsavgrensning, målgruppe i alder og ulik svarrespons, garanteres ikke en helt komplett oversikt, men en god pekepinn på det grunnlaget vi har, hvilke ulike tiltak og aktiviteter kommunene har innenfor helsefremmende og rusforebyggende arbeid, og videre hvilke erfaringer, utfordringer, mangler og behov som finnes. Behov er vurdert som tiltak eller aktiviteter de ulike fagpersonene ser kan være forebyggende og helsefremmende.

Forprosjektets kartlegging kan også gi en indikasjon på hvilke fagkompetanser Hallingdal har og kan nyttiggjøre seg videre. Fokuset bør derfor ikke rettes på enkelttiltak som ikke er kartlagt, men hvilke styrker og utfordringer man ser samlet sett. Forprosjektets sluttrapport viser herunder til eksisterende tiltak, hvilke erfaringer disse bringer, avdekte behov og strategier for videre arbeid som kan implementeres i de ulike etatene og foraene.

## Lovverk, veiledere og retningslinjer

Alle kommunene jobber etter *Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom* (Helsedirektoratet, 2017). Det forebyggende og helsefremmende arbeidet starter allerede i svangerskapet, og helsesektoren har et bevisst og systematisk fokus på levevaner og holdningsskapende arbeid i et livsløpsperspektiv.

Helse- og omsorgstjenesteloven (2011), § 3-3. Helsefremmende og forebyggende arbeid viser til:

*Kommunen skal ved ytelse av helse- og omsorgstjenester fremme helse og søke å forebygge sykdom, skade og sosiale problemer. Dette skal blant annet skje ved opplysning, råd og veiledning.*

*Helse- og omsorgstjenestene skal bidra i kommunens folkehelsearbeid, herunder til oversikten over helsetilstand og påvirkningsfaktorer etter folkehelseloven § 5.*

*Helse- og omsorgstjenesten skal arbeide for at det blir satt i verk velferds- og aktivitetstiltak for barn, eldre og funksjonshemmede og andre som har behov for det.*

Folkehelseloven (2011) skal sikre at kommunen jobber forebyggende, helsefremmende og for å utjevne sosiale ulikheter i helse, ved samfunnsutvikling og tiltak etter behov med mer, samt sørge for et systematisk og langsiktig folkehelsearbeid i kommunen.

Folkehelse og livsmestring er et tverrfaglig tema i grunnskolen og har som mål å bidra til at elevene kan ta gode valg for fremtiden, samt fremme god fysisk og psykisk helse. Læreplanverket legger opp til dette gjennom tema om blant annet fysisk og psykisk helse, seksualitet, rusmidler, levevaner og grensesetting (Kunnskapsdepartementet, 2017).

Helsedirektoratets (2023) nasjonale veileder Psykisk helsearbeid barn og unge viser til:

*Kommunens ledelse skal sørge for at kommunen har oversikt over faktorer som påvirker oppvekstvilkår og den psykiske helsetilstanden til barn og unge i kommunen.*

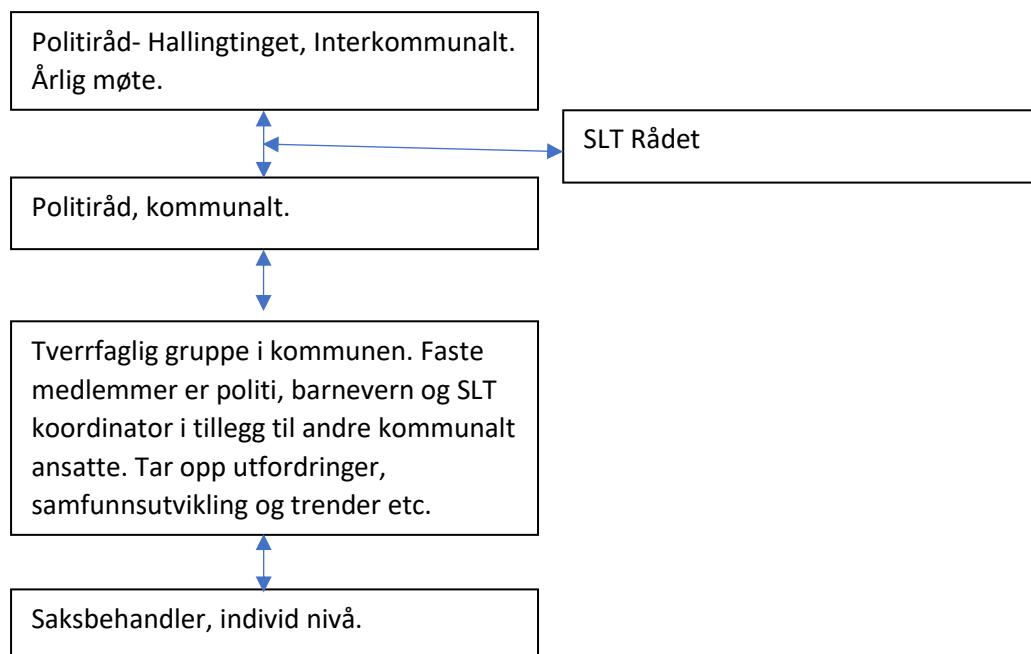
## Ekisterende tiltak innenfor rusforebyggende arbeid i Hallingdal

Regionen har flere felles tjenester og tjenester som dekker flere av kommunene, samt ulike interkommunale selskap (IKS). Det presiseres at tiltak eller aktiviteter som er grundig beskrevet, ikke blir like grundig beskrevet senere i rapporten, selv om det er like mye informasjon om dette i de andre kommunene også.

### Politiet

Politiet jobber generelt forebyggende i sin tilstedeværelse og på flere områder. Blant annet gjennom økt lokal tilstedeværelse, ØLT. Patruljering og tilstedeværelse i samfunnet er et forebyggende tiltak. Politiet søker alltid å løse saker på laveste nivå og samarbeider med mange ulike instanser, i Hallingdal er det Politiråds avtaler med alle kommunene.

Politiet bidrar med skolebesøk ved alle grunnskolene i Hallingdal, i 8./9.trinn, med fokus på tema om kriminalitet og rus. De stiller også på foreldremøter etter avtale og kan i tillegg holde foredrag ved behov og kapasitet. Politiet er innom de videregående skolene regelmessig med patrulje, for å synliggjøre og skape relasjoner. Ved anmeldelse eller straffbar handling er aldersgruppen 15-18 år prioritert i henhold til kort tid eller maksimalt 42 dager ifra anmeldelse/straffbar handling til domsavgjørelse. Politiet er deltagende i flere tverrfaglige møtefora, se under.



Samordning av lokale rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak, SLT

#### *Nasjonalt konfliktråd*

På landsbasis ligger SLT-koordinatorene under Nasjonalt konfliktråd. Det tilbys jevnlig kursing, faglig oppfølging og nettverksoppfølging.

#### *Politiets kriminalitetsforebyggende forum*

SLT-koordinator jobber tett med politiet og er medlem i politiets kriminalitetsforebyggende forum som arrangerer konferanser med informasjon om trender og utfordringer i samfunnet bl.a., der det også er nasjonale nøkkelpersoner innenfor fagfeltet til stede.

#### *Rådet for SLT-Hallingdal*

SLT-koordinatoren har et eget råd, Rådet for SLT-Hallingdal, som møtes to til tre ganger i året. Rådet består av tre ordførere og tre kommunedirektører som representerer hver av de seks Hallingdals kommunene. I tillegg er også politikontakten medlem i rådet. Rådet er viktig for at SLT-koordinatoren skal ha kort vei til de som tar avgjørelsene, og for at de skal kunne være med å gi råd og påvirke arbeidsoppgavene til SLT.

#### *Antidoping Norge*

SLT-koordinator samarbeider med Antidoping Norge, knytter kontakter og setter i gang samarbeid mellom Antidoping Norge og ulike lag og organisasjoner, f.eks. idrettslag.

#### *Tverrfaglige møter i kommunene*

Alle kommunene har tverrfaglige grupper på ledernivå, som SLT-koordinator er med i. Gruppene i de seks ulike kommunene har minimum to årlige møter, og opp til fire møter etter behov. De faste interkommunale møtedeltagerne er SLT-koordinator, leder for barnevern og politikontakten (Pål Mikkelerud), i tillegg til flere roller avhengig av kommunen, som f.eks. rektor på ungdomsskole, representanter fra videregående skole, representanter fra barnehager, psykisk helse, ruskonsulenter, ungdomskonsulenter, prest og evt. andre. I noen kommuner er også ordfører og rådmann/kommunedirektør, representant fra helse, helsesykepleier og NAV deltagende. Tverrfaglige møter i kommunen tar opp problemstillinger og det som skjer i kommunene, med fokus på barn og unge. Møtene er en viktig informasjonskilde som gir SLT, politi og barnevern en god oversikt over hva som foregår i den enkelte kommune. Videre er viktige temaer, utfordringer og trender som kan «smitte» eller flytte seg fra kommune til kommune på agendaen.

*«Viktig at man har et felles innsatsområde og en felles plattform i Hallingdal fordi ungdommen møtes både i videregående skole og på fritida.»*



### *Politiråd*

SLT-koordinator deltar i alle seks kommunenes politiråd, som består av formannskapet, SLT-koordinator og politikontakt. Politirådet er et årlig møte kommunevis og i tillegg et årlig felles møte i Hallingtinget. Tar opp trafikale-, rus- og ungdomsutfordringer og andre problemer. Politirådet drøfter utfordringer og tar de videre med til utførende organ, som eventuelt kan iverksette tiltak ved behov.

### *Koordineringsgruppe for ungdomsoppfølging og ungdomsstraff (KOG)*

SLT-koordinator har hatt ansvaret for å få etablert KOG i Hallingdal. Det administreres og ledes fra Konfliktrådet i Drammen. Medlemmer i KOG: Leder fra konfliktrådet i Drammen, Politi, barnevern, kriminalomsorg og SLT-koordinator, men SLT-koordinator deltar ikke ved individualsaker, bare på systemnivå og ved generelle saker.

### *Plan mot radikaliserings og voldelig ekstremisme*

SLT-koordinator har ansvaret for Plan mot radikaliserings og voldelig ekstremisme. Det ligger til alle kommunene, men man har til nå ikke påvist noen aktive høyre-radikale miljøer eller religiøse ekstremister i Hallingdal. Saker vil bli håndtert i samråd med politiet. Enkeltpersoner som søker mot disse miljøene, får ofte oppfølgingsamtaler med politiet, politiets radikaliseringskontakt eller PST. Eventuelle saker meldes til SLT eller politikontakten. Politirådet vil være sentrale ved eventuelle saker.

### *Rusfolder*

SLT-koordinatoren har ansvar for rusfolderen, som Rotary klubben tok initiativ for å lage. Oppvekstlederene i Hallingdal vedtok allerede i 2010, at rusfolderen skal deles ut til 7. og 9. trinn foresatte i alle skolene i Hallingdal. Folderen gir informasjon om ulike rusmidler, steroider og språkbruk/ordvalg etc. Rotary har fortsatt med å støtte dette arbeidet, sammen med lokalt næringsliv, og den blir nå levert av ett trykkeri på Ål.

*«Viktig å gi ungdommen kunnskap og tilgang til sikker informasjon slik at de kan ta gode og bevisste valg!»*

### *MOT*

MOT et holdningsskapende program i 8., 9. og 10. trinn i Hallingdal, hvor alle kommunene i Hallingdal er med, men Ål har pause med programmet i seks måneder. MOTs viktigste samfunnsoppdrag er å utvikle robust ungdom, som inkluderer alle. Det styrker mental helse og forebygger ekskludering, mobbing, vold, rusmisbruk, psykiske vansker og kriminalitet ([MOT](#)). MOT har gode resultat i Hallingdal med årlige undersøkelser hvor Hallingdal kommer godt ut sammenligna med landet.

### *Foredrag i 10.trinn*

SLT-koordinator tilbyr foredrag til alle 10.trinnene i Hallingdal, for elevene sammen med foresatte. Med fokus på ungdomsmiljøet i Hallingdal, foreldre-ansvaret og div. utfordringer og temaer. Temaer som f.eks. kropps fiksering, bruk av steroider, kroppsendrings-utfordringer, rusmidler, narkotiske stoffer som kokain, hasj etc., nettbruk, ulovlige nettverk, (Dark Room), overgrep, sove-voldtekter, voldtekt og lovverket rundt disse temaene. Videre også fokus på ungdomsmiljøet og ungdommenes ansvar for hverandre og eget miljø. Politiet deltar av og til, men de har også et separat opplegg.

### Barneverntjenesten i Hallingdal

Deltar i tverrsektorielle møter i kommunen, på ledernivå, sammen med SLT, politi, OT, NAV, rektor, kommunalsjef for helse, kommunalsjef for oppvekst og evt. andre. F.eks. har Flå kommune tatt med både ungdomskonsulenter og prest i tverrsektorielle møter. I møtene tar man opp ulike utviklingstrekk i kommunene som f.eks. rus og kriminalitet. Alle har ansvar for å ta opp saker og ta med informasjon til egen avdeling eller etat. De tverrsektorielle møtene har ulike navn fra kommune til kommune, f.eks. SAFT i Ål og TOG i Gol.

Barnevernstjenesten har også tverrfaglige møter med de ulike barnehagene og skolene i alle kommunene. Barnevernstjenesten er med i KOG og TOGO, sammen med vgs., politi og barnevern. Mest på individ nivå eller i forhold til enkeltsaker, men noe på gruppe nivå i TOGO. Interkommunal handlingsplan for forebyggende arbeid for barn og unge i risiko 2024-2027 er under behandling.

### Oppfølgingstjenesten (Viken/Buskerud), OT

OT dekker fylkeskommunale oppgaver, men i Hallingdal er tjenesten lagt inn i IKS sammen med PPT.

OT-rådgiver arbeider med ungdommer opp til 21 år som er ferdig med grunnskolen, men som ikke er i videregående opplæring. Med den nye opplæringsloven som trer i kraft 1. august 2024, utvides målgruppen til 24 år. Målet er å få flere ungdommer til å gjennomføre videregående opplæring, og man vet at utdanning påvirker livskvalitet og levekårene videre i livet jamfør den sosiale gradienten. OT-rådgiver kontakter alle ungdommene som ikke er i videregående opplæring for å finne ut hva de gjør, og hva de tenker å gjøre fremover. OT har som oppgave å ha oversikt over alle ungdommene i målgruppa. Videre bistår OT-rådgiver ungdommen med veiledning (både en gang og over tid – alt etter behov), for å få arbeidserfaring eller oppfølging av ungdommen i forbindelse med vurdering om

å slutte eller starte på skole. Bistår også med søknadsprosess til videregående opplæring, og gir ungdommen informasjon om deres rettigheter.

OT jobber for å aktivisere og utdanne ungdommene og kan bistå noe økonomisk (som å dekke privatisteksamen og betale for målrettet arbeidspraksis). Samfunnsøkonomisk en liten investering, med en henholdsvis potensielt god fremtidsinvestering. OT samarbeider med alle instanser som ungdom i aldersgruppen 16-21 år er med i. Som blant annet IPS UNG, NAV, FACT-Ung, DPS, BUP, Barnevern, Rådgivernetverket, Karrieresenteret, videregående skoler, UngInvest, psykisk helse, skolehelsetjenesten, KE, fagopplæring og opplæringskontor. Har fokus på å kontakte og fange opp «ukjente» ungdommer, som er utenfor skolesystemet, derav i OT systemet. Både via tlf, sms, e-post og brev, hvor de under 18 år vil bli kontaktet ved henvendelse til foresatte også.

#### *OT har til nå tilbydd (med prosjektmidler)*

- Bistand til privatist eksamen.
- Målretta arbeidspraksis inntil tre dager ukentlig i tre måneder, mot noe utbetaling (i aldersgruppen 16-18 år), siden NAV ikke betaler tiltakspenger før man er 18 år. Arbeidspraksis kan gi timer som senere kan gi grunnlag for godkjenning av Yrkesfaglig fordypning, YFF, som privatist.
- Støtte til å betale egenandel for tur med Windjammer, en reise og opphold på skuta Christian Radich, for bl.a. ungdom som står utenfor utdanning eller opplæring, der de får muligheten til utvikling og utfordringer (<https://windjammer.no/>).

#### *Tverrfaglige møter*

OT er tilstede i mange tverrfaglige fora og møter, som muliggjør både systemnivå oversikt og individuell oppfølging.

- Tverrsektorielle møter i hver kommune som OT er med i, unntatt HOL (ikke mottatt svar).
- TogÅ. Tre ganger i året. Tverrfaglig grupper i Gol og ÅL. Hvor OT, Barnevern og NAV, vgs. rådgivere, ungdomslos og politi deltar.
- Rådgivernetverket: med representanter fra alle seks ungdoms skolene og fire rådgivere fra vgs., OPUS og UngInvest, OT, Voksenopplæringa, NAV, karrieresenteret, nettverksrådgiver.
- Elevtjenesten Ål.
- Tverrfaglig møte Gol.
- Karriere Buskerud, med karriereveiledning. OT-rådgiver er på karrieresenteret på Gol en dag i uka, og deltar på samlinger i Karriere Buskerud noen ganger i året.

## Pedagogisk-psykologisk tjeneste, PPT

PPT jobber med kompetanseløftet for spesialpedagogikk og inkluderende praksis, der målet er at alle skal være inkludert og få den hjelpen de har behov for å mestre, lære og utvikle seg. PPT jobber med kompetanseheving både internt og ut mot skoler og barnehager, og målet er at barn og unge skal lære og utvikle seg inkludert i et felleskap. På lang sikt kan man tenke at dette arbeidet er rusforebyggende, fordi inkludering, mestring og mening vil være forebyggende. PPT er med i ulike tverrfaglige fora som jobber systematisk og kan gi en oversikt og et bilde av samfunnet.

PPT jobber ikke aktivt oppsøkende, men blir kontaktet når noen rundt barnet/eleven har en bekymring eller ser utfordringer. Sakene er mer komplekse enn tidligere, det er sjelden bare en årsak til utfordringene. Opplever at bekymringene kommer sent inn, særlig ved ufrivillig skolefravær.

## Trygg oppvekst i Hallingdal

Er en samhandlingsmodell utviklet for Hallingdalskommunene, hvor koordinator i Hallinghelse følger opp fire av kommunene (Flå, Hemsedal, Hol og Ål). Målet er en trygg og god oppvekst for alle barn og unge i Hallingdal. Det satses på tidlig oppdagelse og iverksettelse av hjelpetiltak ved behov. Modellen skal også sikre at tjenestene er godt samordnet. Trygg oppvekst er en helhetlig modell med konkrete verktøy og en handlingsplan for identifikasjon og oppfølging, for at barn skal motta riktig bistand. Hvor man systematiserer, forankrer og samordner kommunen sitt tverrfaglige arbeid rundt barnet. Modellen har verktøy for ansatte og ledere i kommunene. Trygg oppvekst jobber mot aldersgruppen barn og unge opp til 18 år.

## Videregående skoler

Regionen Hallingdal har to fylkeskommunale videregående skoler, i Gol og Ål, og i tillegg Norsk Toppidrettsgymnas, NTG, på Geilo. Det er også folkehøgskoler i Hallingdal.

### *Gol videregående skole*

Alle klassene har 45 minutter til klassens time ukentlig. Timen blir brukt aktivt, men innehar ulike temaer og blir brukt ulikt i hver klasse. Her har man bl.a. fokus på relasjoner og relasjonsbygging.

- 1.vg klassene har

- VIP makkerskap og VIP snakk om det. VIP er et program fra Vestre Viken, og er et forebyggende arbeid innenfor psykisk helse. Gjøres i samarbeid med helsesykepleierne og ungdomslos. Klassen er med å velge tematikken, og man har også rus på agendaen.

- Tidligere har helsesykepleierne vært i alle klassene og snakket om blant annet samtykkeloven og rus med mer. Dette vil muligens bli gjenopptatt.

- 2.vg klassene
  - hadde kurset Tankevirus i fjor, det ble ikke evaluert, men det er mulig formen på kurset ikke traff ungdommen helt, men innholdet er aktuelt.
- 3.vg klassene/russen har
  - Møte med Politiet og helsesykepleierne med tema om Sex og rus.
- Det tilbys individuell oppfølging ved behov, for alle elevene ved skolen.
- Årlige arrangement som f.eks. «Midt i trynet» foredrag sammen med FAU ved Gol skole.

#### *Tverrfaglige møter*

- Gol vgs. har tverretatlige møter med skolehelsetjenesten og psykisk helse.
- Rådgiver nettverk, består av rådgivere fra Hallingdal sine ungdomsskoler og videregående skoler. Nettverket tar opp temaer innenfor utdanning, yrkesrådgivning og sosialpedagogisk arbeid, her inngår bl.a. arbeid med å sikre gode overganger mellom skolene.
- TOG. Tverrfaglig Oppvekst Gruppe, med grunnskolene. TOG-møte som Gol vgs. deltar på er med Gol kommune, siden de er vertskommunen for Gol vgs. Ingen deltagelse i de andre TOG-møtene fra Gol vgs.
- TOGÅ. Kun vgs. nivå, Gol og ÅL, med politi, ungdomslos, NAV og UngInvest.

#### Ungdomslosene i Hallingdal

Ungdomslosene jobber på systemnivå med ulike utfordringer blant ungdommen i Hallingdal, som også er rusforebyggende arbeid. Veldig få direkte og konkrete rusforebyggende aktiviteter, men indirekte er svært mye av arbeidet knyttet opp til rusforebygging. Jobber med og følger opp elever tilknyttet videregående skole og elever i andre systemer rundt, som f.eks. lærlinger og elever/deltagere i Ung Invest.

#### *Interkommunale råd og møtepunkt:*

##### Konfliktrådsgruppe (KOG)

KOG er i regi av konfliktrådet, har månedlige møte dersom behov. Tar opp saker angående ungdom som er i systemet til konfliktrådet, dvs. ungdom som har gjort noe straffbart. Drøftinger i forkant,

som f.eks. hvilket opplegg som kan fungere, hvilke personer i nærmiljøet kan være nyttige samarbeidspartnere rundt ungdommen og andre ulike faktorer som kan spille inn. Viktig med rusforebyggende arbeid på individuelt nivå i disse situasjonene.

#### TogÅ

Tverrfaglig gruppe med Gol og Ål, hvor ungdomslosene koordinerer og fører referat. Her møter rådgivere på vgs., Ung Invest, OT, NAV, barnevern og politi, i tillegg til ungdomslosene. Tar opp generelle saker, trender, bekymringer etc., men og mulighet for vgs. rådgivere eller andre å ta direkte kontakt med politiet ved behov. Holde alle, og særlig politiet, informert og inkludere de i arbeidet med rusforebygging og kriminalitetsforebygging er viktig. Det er flest saker i forhold til rus, og noe relatert til vold.

#### Tverrfaglige møter

Tverrfaglige møter med rådgiverne Gol vgs., skolehelsetjenesten og ungdomslos annenhver uke. Tar bl.a. opp behovet for voksne til stede i måltidspausene.

#### Andre

Samarbeidsgrupper på elevnivå noen ganger. Og blir noen ganger satt som koordinatorene til saker.

#### VIPh undervisning

Veiledning i psykisk helse i 1. året på videregående skole, sammen med psykisk helse Ål og Gol, noen ganger også med helsefaglærere. Dette innebærer grundig informasjon om mange relevante temaer, kommer også innom rus, men temaer kan variere da elevene kan spille inn fokusområder. Foregår på videregående skole, med avsatt tid i to til tre skoletimer.

#### IPS samarbeid

IPS (NAV) er fast samarbeidspartner, og IPS kan være et godt rusforebyggende tiltak. Det er viktig å koble de på tidlig nok. IPS er i NAV og har ulike krav for deltagelse i deres program.

#### Kurs

Tilbyr Tankevirus kurs med tema livsstyrkemestring. På gruppenivå og for klasser ved behov. Alle videregående elever på 2.trinn har Tankevirus kurset i skoletiden. I 2022 gjennomførte et kurs med elever fra de videregående skolene, Skaga Folkehøyskole og andre i målgruppen 16 -24 år. Gjennomførte et kurs for voksne også. I 2023 er det kun gjennomført for elever tilknyttet de videregående skolene. Har hatt tilbud om digitalt kurs, men mangler påmeldte.

#### Arrangement

##### Verdensdagen for Psykisk Helse

Markerer Verdensdagen for Psykisk helse med ulike stands fra år til år.

### «Midt i trynet» foredrag

Foredrag hvor FAU ved Gol ungdomsskole var initiativtaker, både Ål og Gol kommunene og videregående skoler ble med i arrangementet. Foredrag for elevgruppa på dagtid, og for foresatte på kvelden. Evaluering og spørreskjema via Menti.com ble brukt anonymt og svarene tilsendt de som ønsket det i ettertid, dette ga nyttig informasjon til de ansatte. Tilbakemeldingene har vært gode fra elevene og skolene.

### Foredrag om rus og ungdomskriminalitet

Ungdomskolen ved Gol hadde et arrangement med foredrag hvor Psykisk Helse tok initiativet med midler fra Lions. Foredrag med Berat Jusufi i skoletiden og på kvelden, hvor på kvelden det også var en foredragsholder til, Gunn Seland, en mor som fortalte om egne barn med rusutfordringer – «Den usynlige rusen». Tilbakemeldinger var at dette gjorde inntrykk og var et bra arrangement.

### Andre foredrag

Foredrag med Marius Løken tidligere år.

### Filmvisning

Filmen Krigeren, hvor Berat er med, har blitt vist med Berat til stede.

### Politi

Politiet er innom russen i videregående skole med tema om blant annet rus.

### NAV (IPS Ung)

IPS er et forebyggende tiltak på individuelt nivå, for å få flere unge voksne ut i utdanning eller i jobb. Man blir tett fulgt opp og det stilles krav til deltagerne om et etablert samarbeid med avdeling for psykisk helse i kommunen.

Veiledning generelt via NAV kan også ha en forebyggende effekt, da bistand kan bidra til inkludering, hverdagsaktiviteter og økt samfunnsdeltagelse.

Samarbeider med flere instanser og er med i flere tverrfaglige fora.

### Frivillige lag og organisasjoner

Frivillige lag og organisasjoner har en stor rolle i det helsefremmende og forebyggende arbeidet. Det finnes svært mange ulike tilbud og aktiviteter i Hallingdal samlet, som er inkluderende, for å motvirke

ensomhet og flere aktiviseringstiltak. Det er også tiltak og aktiviteter i målgruppa unge voksne og i egne aldersgrupper, noe av dette er presentert under.

#### *Frivilligsentralene i Hallingdal*

Har tiltak og aktiviteter som er åpne for alle, samt noe for aldersretta målgrupper. Utfyllende informasjon finnes på hjemmesidene:

[Flå frivilligsentral](#)

[Gol frivilligsentral](#)

[Hemsedal Frivilligsentral](#)

[Hol Frivilligsentral](#)

[Nesbyen frivilligsentral](#)

[Ål frivilligsentral](#)

#### *Skjærgårdslive*

Skjærgårdslive er med å arrangere en 10.klassefestival årlig, en rusfri og inkluderende arena med transport til og fra. Det har en rusforebyggende profil og et voksent vakthold. Med midler fra et interkommunalt fond(regionrådet). Har vært utfordrende å skaffe midler, men er det blitt noe bedre og mer forutsigbart.

#### *Hallingdal Fotball Klubb, HFK*

Alle tiltakene er generelt helsefremmende og forebyggende i seg selv, det er mye god folkehelse i idretten. De ordinære treningsøktene er inkluderende, samskapende og fremmer god helse.

- Akademiet er for 1.-7.trinn., med treninger både for jenter og gutter.
- Hallinglag/sonelag er for ungdomstrinnene, 8.-10.trinn. De som er med her trener også i egne klubber, men har en felles treningsøkt i uka. Dette er et tiltak for de ivrigste, og de drar på noen turneringer.
- Jenter 17 lag, har også med yngre og eldre spillere.
- Junior 1 og Junior 2 er to lag for aldersgruppen 15-19 år
- Senior har med spillere primært fra 19 år og oppover, men også yngre spillere med her, har også to lag.



- Tilrettelagt fotball er for de med fysisk og eller psykisk utfordringer eller nedsettelse. Aktivitetstiltak for begge kjønn og alle aldre.
- Gatelaget, både forebyggende og for de med rusutfordringer eller andre utfordringer. Åpent for de som ønsker å delta og man forsøker å forhindre utenforskap. Flere av kommunene har organisert transport til og fra i løpet av året, er ukentlig.
- Sosial møteplass, er både for barn og ungdom, men hovedmålgruppa er ungdom i videregåendealder. Møteplass med ulike aktiviteter, sosialt samskapende og felles måltid, ukentlig.
- Fotballskolene er også et forebyggende og helsefremmende tiltak, både for deltagerne og lederne som jobber der. Det finnes fotballskoler i alle kommunene i Hallingdal, HFK drifter de i Flå, Gol, Hemsedal og Hol.
- Treningsleiren og Norway Cup, er en viktig arena for klubben, for det sosiale, og for å skape en tilhørighet og klubbkultur. Årlig arrangementer.
- Aktivitetsleir/skole på sommerstid, arrangerer aktivitetsskole/leir i samarbeid med andre idrettslag og idrettsrådet. En uke med gratis aktivitet, drevet av unge ledere.
- I tillegg er det ulike aktiviteter på klubbhuset og andre sosiale sammenkomster igjennom året som er samskapende, inkluderende og forebyggende.
- Har etablert et solidaritetsfond til utgifter for deltagere ved behov.

#### *Hemsedal Idrettslag (HIL)*

HIL jobber systematisk forebyggende som en aktivitør og skaper møteplasser med mål om å skape idrettsglede. Tilbyr mange faste aktiviteter og grupper. Idretten er et godt verktøy, som legger til rette for møteplasser hvor alle møter på «like» vilkår, slik at idretten kan være inkluderende. HIL sine verdier er glede, felleskap og raushet.

HIL samarbeider med Frivilligsentralen om treningsgrupper for ungdom, som Frivilligsentralen/kommunen lønner nå. Dette treffer også ungdom som ikke er med i andre organiserte aktiviteter. Har en E-sport gruppe i startgropa, som også kan være en møteplass for ungdommer som ikke nødvendigvis ønsker å delta i andre grupper.

### *Geilo IL og Hol IL*

I Hol har både Hol IL og Geilo IL mange aktiviteter for barn. Begge idrettslagene har ukentlig aktivitet der barn og foreldre møtes gjennom aktivitet i f.eks. skiløypa og skøytebanen for deretter samling innendørs til kveldsmat eller vaffel.

### *FAU Gol*

Nattevandring som tiltak på «store» dager som natt til 01. og 16.mai årlig. Det er meldt inn et ønske om og behov for nattevandring på fredager frem til ca. kl.23.00 (i klubbtid) på vårparten. Det møtes ofte ungdommer fra hele Hallingdal på Gol.

Jobber aktivt med sosiale sammenkomster som bidrar til foreldrenettverksbygging. Har sosiale og inkluderende «happeninger» på hvert trinn. F.eks. bakekveld for foresatte, kino for barna med pizza og brus, hvor foreldre har mulighet for å sitte å prate imens, spillekveld, grøtkeveld, forestilling hvor elevene viser foresatte med mingling.

Temakvelder for foresatte og elever. Ulike forebyggede foredrag årlig som «Midt på Trynet» i fjor, og ønsker om å få inn en ny nå i våres.

## Eksisterende tiltak innenfor rusforebyggende arbeid i kommunene

Kommunene har flere like eller lignende tiltak og alle følger den nasjonale veilederen, *Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom*, gjennom helsestasjonen (Helsedirektoratet, 2017).

### Flå

Helsestasjonen har et forebyggende og helsefremmende fokus. Rusforebyggende arbeid starter i svangerskapet, med samspill og utvikling. Dette gjøres i tråd med den nasjonale veilederen.

Skolehelsetjenesten har åpen konsultasjonstid to dager i uka på skolen, men er i tillegg tilgjengelig tre til fire dager i uken som lavterskel tilbud for ungdomsskole elevene med helsesykepleiere tilstede.

Miljøterapeut i skolen er organisert fra helsestasjonen og skal være tilgjengelig både noe i skoletid og etter skoletid, både for barn, unge og foresatte. Jobber både på individ nivå og gruppe nivå. Dette kan være rusforebyggende i form av at det er miljøarbeid, hvor man kan jobbe med adferd, trygging og mestring. Stillingen er satt inn for å bedre møte behovene jamfør Oppvekstreformen.

- Rusforebyggende arbeid inngår også i noen av skolefagene.
- I 8.trinn har elevene samtale med skolehelsetjenesten om ulike temaer, også om holdninger i forhold til rus.
- Jentesnakk og Guttesnakk er en samtaleform som brukes i 8.trinn.
- Psykt Normalt er en del av programmet på helsestasjonen fra 2023, både i grupper tidligere, men hovedsakelig som undervisning i 8.trinn. Psykt Normalt er et program for 8.trinn, over fem til seks ganger, gjelder også for foresatte og ansatte.
- Skolen samarbeider med politiet, de er inn i ungdomsskolen på 8. eller 9.trinn. Kommer også dersom det er behov eller ønskelig i foreldremøter.
- SLT er inn i 10.trinn med eget informasjons- og undervisningsopplegg.
- Sommergøy er en aktivitetsuke hvor man bygger relasjoner, bidrar til å motvirke ekskludering og er et universelt lavterskeltilbud for alle i alderen 4.-10.trinn.
- Fritidsklubb er et åpent lavterskeltilbud for barn og ungdom ukentlig, hvor 5.-7.trinn har juniorklubb og 8.-10.trinn har ungdomsklubb.
- Utstyrssentral. Tilgang på utstyr kan være utjavnende tiltak som kan fremme inkludering og mestring som igjen kan være helsefremmende, generelt forebyggende og rusforebyggende.

- MOT er et rusforebyggende tiltak i ungdomsskolen hvor man jobber systematisk med MOT i ungdomstrinnene i kommunen, gjennom Robust ungdom som er et eget program i MOT. Det er alltid to ansvarlige som har øktene sammen, da dette gir muligheten for samspill, men også det å observere underveis. Med MOT jobber man med de nære ting, og samarbeider også med SLT-koordinator. Flå har hatt MOT siden 2004 og Martha Gaptjern har vært med hele veien. Hovedsakelig for og i 8., 9. og 10. trinn, hvor foresatte blir involvert og informert i fra elevene er i 8.trinn. Det er også fokus også på de ansatte i henhold til å implementere verdiene og verktøyene til MOT. I tillegg har 9.trinn noen utvalgte motivatorer som er inne i 5. og 6.trinn og underviser, og i tillegg er gode forbilder for de yngre. Mye av MOT berører hele skolen, og kan også være rettet mot hele befolkningen. F.eks. MOT til å glede-dagen berører alle trinn, også samfunnet utenfor skolen. Det er et interkommunalt samarbeid i Hallingdal om MOT skolering for 9.trinns motivatorene, sammen med Sigdal og Krødsherad. Årlig ildsjel-samling for de ansatte (MOT coacher), for hele landet.

#### *Andre faste og systemiske tiltak*

- Systematiske, tverrfaglige møter: Tverrfaglig team som jobber med systematiske tiltak, med deltagere fra skole, barnehage, oppvekstsjef, prest/kirke, kultur, politi, barnevern, NAV (ungdomsteam), helsestasjon, SLT-koordinator, leder for frivilligheten (lag og org.), MOT koordinator, OT og PPT. Har to til tre møter i året.
- Tverrfaglige møter med skole, en gang per måned.
- Tverrfaglige møter med barnehagen, en gang per måned.
- Tverrfaglige møter med helse (helsesykepleier ved skolen og miljøterapeut), aktivitetsleder på fritidsklubb og sosiallærer, en gang per måned.
- Plan for psykisk helsearbeid og rusarbeid i Flå kommune 2018-2021. Innehar lokale målsettinger, med bl.a. tjenester for barn og unge, MOT, temaer som bolig, økonomi, arbeid og mer, den har en egen handlingsplan ([Flå kommune \(2018\)](#)).
- Ny Oppvekstreform-plan er under utarbeidelse.
- Trygg oppvekst. Flå er med i Trygg oppvekst som er et interkommunalt samarbeid blant fire av Hallingdalskommunene og er koordinert i Hallinghelse ([Trygg oppvekst i Hallingdal, 2024](#)).
- Ruskontrakt. De som har rusutfordringer, kan få avtale om rusoppfølging og testing uten straff. Flå kommune har avtale om å tilby ruskontrakter for ungdom og unge voksne etter behov.

*«Veldig fint med bevisstgjøring av hva vi gjør også!»*

## Gol

- Trivselsleder, TL, er en aktivitet og oppgave i friminuttene på skolen. Trivselsleder er en oppgave man har i cirka ett år omgangen, og man blir valgt via en nominasjonsprosess. TL er for 5.-7.trinn og er et inkluderings tiltak.
- Kjærlighet og grenser er et opplegg i 7. trinn. Handler bl.a. om foreldrenettverksbygging og informasjon om viktige temaer for ungdomsforeldre. 7. trinn har samme tema på dagtid som foresatte har på kveldstid. Første og siste samling er felles for ungdommen og foresatte, totalt er det fem samlinger ([Kjærlighet og grenser | Bufdir](#)).
- Psykisk helse-uke i samband med Verdensdagen for psykisk helse, det er fast i uke 41, men i år ble det i uke 43. Verdensdagen for psykisk helse har et undervisningsopplegg som kan brukes, og kan hentes fra hjemmesiden. Gol bruker en ukeplan som ble satt opp etter malen som Verdensdagen for psykisk helse har, med blant annet Dagens fakta, Dagens utfordring og Dagens ord, som er hver dag hele uka, hvor lærerne kan kopiere og bruke det sosiallærer har laget klart for alle ([Verdensdagen for psykisk helse](#)).
- Uke 6 er en fast uke hvert år, med et eget opplegg for 1.-4.trinn, fra 5.-7.trinn og 8. til 10. trinn. Sosiallærer lager et opplegg til alle som de kan hente inn, han koordinerer det slik at lærerne kan plukke det de trenger for sin aldersgruppe til undervisning. Sex og samfunn, er en egen nettside hvor det er ulike undervisningsopplegg og aktiviteter. Lærerne får avsatt tid til å planlegge denne uka og minimum en time hver dag til temaene. Dette undervisningsopplegget er tilpasset alderen til elevene ([Sex og samfunn](#), 2022).
- I 8.trinn har elevene samtale med skolehelsetjenesten om ulike temaer, også om holdninger i forhold til rus. Dette gjøres i tråd med den nasjonale veilederen, *Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom* (Helsedirektoratet, 2017).
- MOT. I løpet av ungdomstrinnet er det 13 MOT økter. Seks økter på 8.trinn, fire økter på 9.trinn og tre økter på 10. trinn. MOT øktene innehar fine temaer for å skape livsmestring og styrke ungdommens robusthet og mot. MOT står blant annet for mot til å si nei, mot til å leve og mot til å bry seg. Første økten innehar et fest-rollespill som tar opp flere relevante temaer, det er en økt som elevene husker lenge. 7.økta har fokus på rus og alkohol. MOT er et program som lærer elevene å sette grenser for seg selv ([MOT Norge](#)).
- Åpen hall er et fast tilbud ukentlig, hvor en økt er for 5.-7. trinn og en økt for 8.-10. trinn. Det er voksne til stede, men ungdommen skal selv prøve å lede og finne på aktiviteter.
- Natteravn på Gol, har et forsterket tilbud natt til 1. mai og natt til 16. mai, er organisert av FAU.

- Foreldre/foresatte kveld med Psykisk helse.

#### *Psykisk helse og rus*

- Alarmgrupper: en kveld i uka, møtes på Makalaus. Et møtested.
- Individuell eller gruppetilbud til voksne ved behov.
- Samarbeider mye med Koordinerende Enhet, KE.
- Med i tverrfaglige møtepunkt som f.eks. TOG.

#### *Tverrfaglige møter*

- Sos-ped. team på skolen, har møte to ganger i måneden og består av sosiallærer, fysioterapeut, psykisk helse ved Marianne Fauske og helsesykepleier. Teamet jobber tverrfaglig og ser ting i et bredere perspektiv, har mye skolemiljøsaker og er et forebyggende og inkluderende tiltak. Er et fora for ulike saker og trender som opptar og angår ungdommen.
- Inkluderende praksis er en utviklingstid de ansatte på Gol skole har, en felles tid hvor man tar opp «hva som er inkludering».
- TOG

#### *Arrangement*

- «Midt i trynet» foredrag, i fjor, og det var både på dag og kveldstid. FAU og foresatte dro i gang og sosiallærer ved Gol skole koordinerte. De ønsker noe lignende i år.
- Berat Jusufi hadde foredrag på dagtid for ungdommen og på kvelden for foresatte, det var et veldig bra tiltak, som ble arrangert i sammen med Psykisk helse. På kveldsarrangementet var også forfatter Gunn Seland, forfatter av Den usynlige rusen, der med foredrag for foresatte på kvelden, hvor det møtte cirka 100 personer, også noen ifra andre kommuner.
- Verdensdagen for Psykisk Helse blir markert med uke, se over.

#### *Hemsedal*

Har faste tverrfaglige møter med barnehagene, drøfter hva som er viktige temaer for barnegruppene og hvilke behov, trender etc. som rører seg i disse gruppene. Tverrfaglige møter med rektor, skolesjef, helsesjef, KE, politi, barnevern, SLT og flere, tar opp trender og lokal informasjon på generelt nivå. Eget møte for barnehagene og et eget for skolesektoren. Det samarbeides med

politiet, barnevern og Konfliktrådet ved behov. Hemsedal er i gang med Rusforebyggende plan, som skal opp til politisk behandling. Har igangsatt prosjekt innenfor rusforebyggende arbeid.

Helsestasjon følger den nasjonale veilederen, *Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom* (Helsedirektoratet, 2017). Her er det fra svangerskap og tidlig alder av fokus på samspill mellom foreldre og barn, og den innehar bl.a. konkrete temaer om tobakk og rus, som bl.a. tas opp ved 2, 4 og 6 år alders kontroller.

#### Tiltak

- Lavterskel tilbud hos Familiens Hus, hvor både barn, unge, familier, foresatte og skole kan ta kontakt etter behov. Gratis tjeneste.
- Småbarns treff er helsefremmende og nettverksbyggende. Et tilbud til alle, er ukentlig og på dagtid. Handler om nettverk og har ulike tema som psykisk helse, skjermbruk, førstehjelp, rusmidler etc.
- COS kurs, småbarn og skolebarns foresatte. Foreldreveiledningskurs etter behov, både individuelt og i grupper.
- Helsesykepleiere er tilgjengelige på skolen. Åpen for konsultasjoner 4 dager i uka, med drop-in.
- Foreveiledningskurs arrangeres etter behov, men har mål om at det blir et tilbud til alle foresatte.
- Folkehelsedag i 9.trinn, med opplegg i grupper, handler også om rusforebygging.
- Seksualitetsundervisning inneholder også informasjon om rus og mulige påvirkningsfaktorer.
- Hadde Kjærlighet og grenser tidligere. Det er et undervisningsopplegg som er nettverksbyggende og bevisstgjørende om rus, relasjoner og med mer, både for foreldre og barn.
- Helsesamtale med alle elevene i 3.trinn, har tema om vold og grensesetting i forhold til egen kropp. Starter nå med det i 1.trinn fremover i tillegg.
- Vennekapsuke i 4.trinn, temaer som forståelse av andre, respekt, toleranse, bli kjent og forståelse av seg selv i samspill med andre. Blir også i 5.trinn.
- 8.trinn har samtale med helsesykepleier om blant annet rusmidler.
- Psykt Normalt, har brukt det og ønsker å bruke det mer systematisk fremover. Gjelder 8./9.trinn.

- MOT- programmet.
- Uke 6, Sex og samfunn, har opplegg for skolene. Helsepsykepleiere bidrar.
- Ungdomslos ved skolen.
- Verdensdagen for Psykisk Helse er delaktig i kommunalt arrangement og aktivt inn i både skolen og barnehagene med informasjon og et opplegg tilpasset alder.
- Aktiv Sommer, hvor Frivilligsentralen og Familiens Hus er deltagende. Lavterskel tilbud for barn og unge i feriene.
- Åpent styrkerom for 9.trinn og 10.trinn, med ansvarlige voksne tilstede og for kursing.
- Frivilligsentralen barn og unge bidrar til å skaffe ungdom sommerjobb (15 år+).
- Tirsdagstreff for 5.-7.trinn. Gratis ettermiddagsmøteplass hvor Frivilligsentralen og Familiens Hus bidrar.
- Ungdomsklubb onsdager fra 7.trinn (kommunalt ansatt i rusforebyggende øyemed).
- Ungdomsklubb fredager fra 8.trinn.
- Kino som er gratis for ungdom, månedlig i en prøveperiode. I stedet for fredagsklubb, eller om det skal være i tillegg blir vurdert. Krever både ansatte og frivillige.
- BUA, en utstyrssentral som er gratis er åpen to dager i uka. Inkluderende og sosialt utjamnende tiltak.
- Middag for moro skyld, 25 år + en gang per måned.
- Gatefotball i samarbeid med HFK, på Gol, stiller med transport.
- Jobber med å få på plass et pårørendetilbud som kommer i 2024.
- Sosiale (og aktivitets) arenaer gjennom Frivilligsentralen som favner også de med rusutfordringer, se hjemme side for utfyllende informasjon ([Hemsedal Frivilligsentral](#)).
- Åpent hus tirsdager.
- Ruskonsulent tilstede på ungdomsarenaer i ungdommens fritid, både for å fange opp, forhindre og forebygge.
- Selektive tiltak:
  - Valdresklinikken har tilbud til pasienter og pårørende som Hemsedal er tilknyttet.
  - Behandling på indikativ nivå i samarbeid med FACT eller FACT Ung, med oppfølging og behandling innenfor psykisk helse.



## Hol

- Klubben, ny oppstarta ungdomsklubb som er åpen to dager i uken. for Det er en møtearena skapt av kultur og oppvekst, med voksne til stede, og har godt oppmøte blant 8. og 9.trinn elevene.
- MOT program.
- Helsestasjon for ungdom, som er åpen ukentlig for drop-in, også for de som kommer med buss ifra andre kommuner/videregående skoler.
- Foreldreveiledning tilbys ved behov i kommunen.
- Helsesykepleiere har god tilstedeværelse på grunnskolen, med fire dager per uke med åpen dør.
- Skolehelsetjenesten har samtale med hver elev i 8.trinn, jamfør veilederen, med bl.a. tema om rus.
- PsyktNormalt er et opplegg som kan være forebyggende på flere områder. Og brukes fra 8.trinn.
- Det er seksual undervisning på 9.trinn, også innom rus og samtykke.
- Politiet er på skolen i enkelte trinn og informerer, også om rus.
- Politiet har vært til stede på noen foreldremøter.
- På NTG er det også et undervisningsopplegg som er holdningsskapende, holdt av helsesykepleiere i 1. vgs.
- Kulturhuset på Geilo er en lavterskel arena der barn, ungdom og voksne møtes daglig. Åpent hus, der barn og unge kan «henge» etter skoletid, med kafé, kulturskole, bibliotek etc. Et sted med både organiserte og uorganiserte aktiviteter.

## *Tverrfaglige møter*

TOR gruppa, et tverrfaglig team, har fast møter to ganger i året. Familiehuset, politiet, barnevern, oppvekst og kultur, rektor og sosiallærer ved skolen.

## Nesbyen

Kommunen har et rusforebyggende perspektiv i hele livsløpet til innbyggerne. De kommunale helsetjenestene følger *Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom* (Helsedirektoratet, 2017). Allerede med gravide i svangerskapskontroller starter et forebyggende arbeid ved at Familiens Hus i

sine samtaler tar opp temaet. Videre er det jevnlig et tema man spør foreldrene om i barnets helsestasjonsmøter, der barnet også er til stede.

Handlingsplan for psykisk helse og rusforebyggende arbeid, er i års-hjulet, og skal evalueres årlig. Inneholder ulike aktiviteter og tiltak basert på samarbeid og medvirkning i praksis, der 1/3 er fra mennesker med rusutfordringer, 1/3 fra pårørende og 1/3 fra fagfolk. Har ulike tiltak i året som bidrar til normalisering, ufarliggjøring, er forebyggende og bidrar til redusering av stigma i samfunnet rundt temaer som psykisk helse og rus.

Nesbyen kommune er med i MOT og jobber aktivt med holdningsskapende arbeid i de tre årene elevene er på ungdomstrinnet. Har hovedsakelig fokus på alkohol som rusmiddel. I MOT programmet er det fire til fem årlige møter per trinn og i tillegg er det to møter for foreldrene hvor barna er med på ett møte, i løpet av tre år. 8., 9. og 10. trinn MOT-programmet: styrke ungdoms robusthet, klassemiljø og skolekultur.

I løpet av ungdomstrinnet vil de kunne se en film med tema rus, «Reint helvete», med oppfølgingssamtaler i etterkant. Som kan brukes fra 6. eller 7.trinn og oppover. Den var ønsket av foresatt gruppa, siden de foresatte selv ikke følte de hadde kunnskap nok om temaet, og det ble derfor ønsket inn i undervisning på skolen. Det er opp til de enkelte lærerne i de ulike trinnene om og når det evt. blir brukt. «Reint helvete» er laget lokalt av avdelingen Psykisk helse og mennesker med rusutfordringer.

- Ungdomslos i skole i 40%.
- Skolehelsesykepleier/tjeneste i barnetrinnet i 100% og i ungdomstrinnet i 100%.
- Helsestasjonen for ungdom er åpen for drop-in en dag i uken.
- I fra 8. trinn blir ungdommen spurt om sine holdninger til rusmidler direkte i samtale med helsesykepleiere, jamfør veileder.
- Helsesykepleiere har et opplegg i 8.trinn som heter «Jentesnakk» og «Guttesnakk» som blir gjennomført en gang i barneskolealder og en gang i ungdomstrinnet. Her har Erfaringskonsulent (Kjell Torstein Hagen) vært på besøk, noe som både ungdommen, skolen og helsesektoren sier de opplevde som bra. Her er det inndelt i kjønnsgrupper og det er en anledning for å snakke om det som opptar de, også tema om rus. Handler også om å bli bedre kjent med seg selv og hverandre, og dermed blir tryggere på seg selv og hverandre. Foresatte er informert på et foreldremøte, fått en melding på Visma, samt noe informasjon på periodeplanen.

- 9. og 10. trinn har PsyktNormalt som er et opplegg i samarbeid med ungdomsskole, ungdomslos og helsesykepleier som handler om psykisk helse og livsmestring. Det er et eget undervisningsprogram om psykisk helse, å akseptere følelser, at livet går opp og ned, å bli bevisst over positive og negative tanker, å øve på det ubehagelige, sette seg mål og delmål, og at det finnes hjelp hvis man strever.
- 10. trinn har en oppsummeringstime fra 9. trinn med PsyktNormalt, med besøk hvor Ole Reidar Lågrinn koordinator for samordning av lokale kriminalitetsforebyggende tiltak (SLT) har en informasjonskveld for elever og foresatte. Tema om blant annet holdninger og rusmidler.
- 10. trinn har seksualundervisning som også er generelt forebyggende.
- 10. trinn har jobbet med et musikkprosjekt i et halvt år, som resulterte i et musikkshow. Det virker som de har opplevd mye glede og mestring, som i seg er styrkende, og forebyggende.
- Polenturen (en skoletur hver høst i 10. trinn), og for- og etterarbeid av denne turen skaper mye samhold.
- Ellers ved behov: har det f.eks. vært besøk av legen i henhold til ernæring, da vi oppdaget at en del elever var veldig opptatte av trening og proteinpulver.
- Det er egne grupper for barn med to hjem, «Peace-grupper».
- Ulike samarbeidsfora på ulike nivå på tvers av kommunegrensene, som f.eks. fellesmøter for alle barneskoler etc.
- Psykisk helse har flere lavterskel tilbud.
- Erfaringskonsulent (i 100% fast stilling) har ulike tiltak og aktiviteter ukentlig, også gruppetilbud.
- Inn på tunet tiltak, er en aktivitet som også er forebyggende.
- Helse og forebygging tjenesten har tiltak for å bistå ungdommen i å fullføre skoleløp og komme ut i arbeid.
- Tankevirus og Hverdagsliv er et kurs tilbud til voksne, men mulig for ungdom under 18 år.
- Selvhjelpsgrupper, både egne for pårørende og for mennesker med ulike utfordringer i livet.
- Pakkeforløp i rus, er en egen veileder. Systematisk kartlegging av den med behov, men også pårørende.
- IPS Ung, NAV, og Psykisk Helse samarbeider, og har forebyggende tiltak på individnivå.
- Ruskontrakter ved behov.
- Fact og Fact Ung.

## Arrangementer

- Markering av Verdensdagen for Psykisk Helse årlig.
- Ulike arrangementer som komediekveld, Psykohaugen etc.

## ÅI

ÅI TAK'et står for Tilgjengelighet, Alliance og Kontinuitet. ÅI TAK'et gjelder for alle som mottar tjenester av barn og unge.

Familiens hus, har en dør inn. Samarbeider og jobber systematisk med barnehage, skole, barnevern, familievernkontoret og flere, dette er det ytre systemet. Det indre systemet er Familiens hus sitt eget team, med rett kompetanse til rett tid, på rett plass og med prioriterte oppgaver. Familien hus følger den nasjonale veilederen, *Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom* (Helsedirektoratet, 2017).

ÅI kommune har en Fordeldrenettverksplan som er politisk vedtatt, den gjelder barn og unge i alderen 0 til 16 år. Planen inkluderer barseltreff, tematreff, etc. Hvor målet er at alle skal med, og det handler om inkludering og å motvirke utenforskap. Det er et samarbeid mellom oppvekstsektor, Familiens hus, folkehelse og politi, hvor dette er et felles "dugnadsarbeid".

*«Nettverk for føresette er eit strukturert samarbeid mellom føresette til ei gitt gruppe barn og unge. Målet er å styrke og trygge samarbeidet mellom føresette til beste for barn og unge. Nettverket skal vere ein møteplass der ein kan få ny kompetanse og dele erfaringar om daglegdagse og felles utfordringar knytt til aldersgruppa og rolla som føresett.*

*Nettverk for føresette i ÅI famnar om aldersgruppa 0 - 16 år (10.trinn) og er ein del av satsinga på inkluderande læringsmiljø i barnehage og skule. Foreldrerådets arbeidsutval (FAU) og foreldrekontaktar skal ha ei aktiv rolle i samarbeid med leiinga når det gjeld planlegging og gjennomføring av fastlagte nettverksmøte. Foredrerepresentantane skal ha ansvaret for vidareføring av nettverksarbeidet gjennom året.»*

Trygg Start er et tiltak i kommunen, til nye foreldre med sammensatte utfordringer, ifra svangerskapet og til barna er cirka 2 år, med tilbud om tett oppfølging.

Ål kommune har egen veileder for bekymringsfullt skolefravær. Skolefravær er også viktig i henhold til tverrfaglig samarbeid, og bekymringer følges opp.

Oppvekstsektoren har også en Rulleringsplan for tema i barnehage, som tar opp viktige aspekt i henhold til mange viktige temaer, også rusforebyggende elementer. Forebygging og psykisk helse, er temaer som blir jobbet med systematisk. Tematikken blir tatt opp på de faste foreldremøtene og andre møter.

- Skolehelsestasjon har 8.trinn samtaler med alle, rus er blant annet tema.
- Politiet er innom, informerer og snakker med elevene i 8.-9.trinn.
- Helse-uke 9.trinn, er også rusforebyggende, tema om psykisk helse, og spørretime med lege. Helse-uka i 9.trinn med fokus på helse, helsefremmende faktorer og rusforebyggende arbeid.
- Rus-uke i 9.-10.trinn Rus-uka i 10.trinn er et samarbeid mellom skole og Familiens hus.
- Sex-uka, 9.-10.trinn, har også elementer som er rusforebyggende.
- MOT, har vært med i MOT, men har seks måneders pause nå for å teste ut noe annet. På skolen har elevene utdanningsvalg i timeplanen, hvor elementene fra MOT allerede er integrert i opplegget, dette gjelder ungdomsskolen.
- Kjærlighet og grenser er et program som har blitt brukt i åtte år. Nå har man et eget opplegg med elementer i fra dette, men videreutviklet etter tilbakemeldinger fra deltakere.
- Samarbeid mellom ungdomslos og helsesykepleier, som har faste møtepunkt en gang per måned. Også med skoleledelsen og er et møtefora som kan fange opp ungdom som er sårbare eller i risikogruppe.
- Ungdomslos i ungdomsskolen i en 60% stilling, i stillingsbeskrivelsen står det at blant annet at det skal være fokus på rusforebyggende arbeid.
- Ungdomsteamet, er et tverrfaglig team som har møter annenhver uke på sak- og systemnivå der det er representanter fra ungdomsskolen, ungdomslos, helsesykepleier, psykisk helse, PPT, videregående skole og ungdomslos på videregående nivå og IPS Ung (NAV). Det er en støttefunksjon for ungdomsskolen, hvor både foreldre/foresatte, elever og skolen kan ta kontakt vedørende utfordringer eller problemer.
- SAFT, står for samordnet forebyggende tiltak, hvor alle lederne som jobber med ungdom er deltagende.
- Møteplass for alle som jobber med ungdom, også kalt et ungdomsteam, men ikke samme som over. Møtes to til tre ganger årlig.
- Ungdomsråd, sikrer medvirkning.

- Skolehelsetjenesten, ungdomslos og psykisk helse har til sammen alltid noen tilgjengelig hver dag på skolen. Det er et lavterskeltilbud for samtaler og meldingstjenester, det er et tidkrevende, men viktig arbeid.
- “Midt i trynet” foredrag ble arrangert i fjor, og ønsker noe lignende i år.
- Ungdomsklubber, hvorav en er kommunal og to er private.
- Et prosjekt med IPS Ung (NAV) som gjelder aldersgruppen 16 til 30 år sammen med Familiens hus og Mestringsavdelingen, her deltar også erfaringskonsulenter. Er et tilbud til de med utfordringer i forhold til psykisk helse og rus. Har møteplasser for unge voksne to ganger i uken. Tilbyr veiledning hvor man kan øve og trene på voksenlivet, et tiltak også for å motvirke og forebygge ensomhet og utenforskap.
- Styrkebaserte tilnærminger handler om hvordan møte barn og unge hver dag og er et helsefremmende, styrkende og rusforebyggende tiltak i seg selv.
- Foreldrenettverksmøtene, fra barneskolealder og oppover, tar opp ulike temaer som grensesetting etc.
- Foreldrenettverksgrupper. Der gir ungdommen tilbakemeldinger på tema som blir tatt opp i møtene med foresatte. FAU og foresatte kan også spille inn ønsker om temaer som blir drøftet i møtene med ungdommen.
- Foreldreveiledningsgrupper.
- Bo og bli-lyst programmet er også et tiltak som kan bidra positivt med tanke på inkludering, forebygging og helsefremming.

Tabell. 1 Oversikt over tiltak i Hallingdal 2024

	Politi	SLT	Barnevern	OT	PPT	Ungdomslos	NAV	Gol vgs.	Ål vgs.	Flå	Gol	Hemsedal	Hol	Nesbyen	Ål
COS												Ja			
MOT										Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	(Ja, pause)
Kjærlighet og grenser											Ja, 7.trinn.				Ja/moderert versjon
Psykisk helse uke /dag											Ja	Ja, VPH		Ja	Ja
Folkehelse dag												Ja, 9.trinn			
Helseuke															Ja, 9.trinn
Rus-uke															Ja, 10.trinn
Uke Sex											Ja, alle trinn	Ja			Ja
Jentesnakk og Guttesnakk										Ja, 8.trinn				Ja, 8.trinn	
#PsyktNo malt										Ja, 8.trinn		Ja, 8./9.trinn		Ja, 9. og 10. trinn	
VIPh						Ja		Ja	Ja						
Foresatte nettverk														Ja	ja
Foreldreveiledning i grupper												Ja, etter behov			Ja
Tankevirus						Ja		Ja	Ja						
IPS UNG						Ja	Ja			Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
KOG	Ja	Ja	Ja			Ja									
TogÅ	Ja		Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja						
SAFT															Ja
TOG (Tverrfaglig Oppvekst Gruppe)								Ja			Ja				
Tverrfaglige møter i kommunen	Ja	Ja	Ja							Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Utstyrsentral /BUA										Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
	Politi	SLT	Barnevern	OT	PPT	Ungdomslos	NAV	Gol vgs.	Ål vgs.	Flå	Gol	Hemsedal	Hol	Nesbyen	Ål

## Erfaringer i Hallingdal

Det er viktig å få fram at de aller fleste ikke bruker rusmidler i ung alder og at de aller fleste heller ikke utvikler alvorlige rusutfordringer. Men vi ser en økende trend og en endring i samfunnet som vi må ta på alvor. Ifølge rapporter ifra Ungdata undersøkelsene i 2021 på ungdomsskoletrinnene og i videregående skoler er det en økning i andel unge som drikker alkohol, og det er bekymringsverdig at en økende andel ungdom ifra flere av kommunene i Hallingdal rapporterer at det får lov av sine foresatte å drikke alkohol. Videre viser også rapportene til at flere ungdommer har blitt tilbudt hasj eller marihuana ([Ungdata](#), 2021). Nasjonale tall fra Folkehelseinstituttet viser også til en økning i cannabis bruk blant ungdom de siste årene ([FHI](#), 2023).

*«Fint å ha det større perspektivet, som dette Forprosjektet setter fokus på.»*

## Politiet

Politiet har fokus på ungdom, rus og psykiatri, og opplever seg velkomne og ønsket på skolebesøkene.

Kan være utfordrende å nå i gjennom hos/til kommunen, kan være f.eks. i forhold til kommunikasjon eller ressursmangel. Politikere prioriterer også andre områder, som kan ha økonomiske fortrinn. Etter kommunale møter er referater dessverre veldig ofte fraværende.

I Hallingdal er det en markant overvekt av gutter og menn som begår straffbare handlinger, svært få kvinnelig kriminelle i politiets registre her. Alkohol er et gjennomgående problem/årsak i henhold til politiets uttrykkninger. Gjengangere i systemet er svært tidkrevende og kostbart. Det er ikke avdekt eller sett noen sammenheng mellom ungdomsmiljøet og turistnæringen i Hemsedal, i forhold til rus eller kriminalitet.

Viktig å se Hallingdal under ett, en region, hvor det er en fordel for instanser som bl.a. politiet dersom kommunene har tilnærmet lik organisering og samarbeid mellom kommunene for faglig instanser og team som kan være for små for enkeltkommunene.

## Samordning av lokale rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak, SLT

SLT-koordinator har en 50 % stilling, som skal dekke alle seks Hallingdals kommunene, og har et overordna ansvar for å holde ting i gang på systemnivå. Har ikke enkeltsaker og jobber ikke på individ nivå. SLT-koordinator er fleksibel og tilgjengelig for variasjonene i samfunnet. Har tilgang til et veldig stort nettverk og ulike organisasjoner gjennom andre jobber som bidrar til bred erfaring. SLT-



koordinator fungerer som rådgiver og informasjonskilde i bestemte fora, som krever faglige oppdateringer og oversikt over nasjonale og internasjonale trender.

### *Tverrfaglige møter*

Det er utfordrende når en skal forholde seg til flere kommuner, med mange ansatte der det er en del utskiftninger og noe sykefravær, og da blir de tverrfaglige, faste møtene ekstra viktig for å få og holde en oversikt. Erfaring tilsier at det er viktig med faste møtepunkt og kontinuitet.

### *Erfaringer og utfordringer i Hallingdal*

- Rusmidler er til stede på de fleste fester og det er flere nå enn tidligere som prøver det. Narkotiske stoffer kan gi utslag i psykiske plager og lidelser som kan få store konsekvenser for livet videre. Viktig med fokus på forebyggende arbeid innenfor feltet. Det er krevende for de som allerede har en rusproblematikk og er i behandlingsforløp, det er samfunnsøkonomisk kostbart og situasjonen påvirker mange i miljøet rundt enkeltindividene.
- Utfordrende med holdningene i ungdomsmiljøene til utprøving av rusmidler og tilstedeværelsen av rusmidler.
- Russekulturen og feiringene er blitt svært utfordrende i mange aspekter, det nevnes seksuelle misbruk, seksuelle tjenester, rus, vold og økonomiske vansker, utenforskap. Og for flere starter dette allerede i ungdomsskolen!
- Kriminelle nettverk er vanskelig, nærmest umulig å bli kvitt, selv etter man er ute av miljøet og har et avklart forhold til rusmisbruk.
- I Hallingdal er det utfordringer med bruk av steroider. Det er tydelig at det finnes og blir brukt i Hallingdal, det blir observert på treningsstudioer blant annet. I forhold til bruk av steroider antar man at det på landsbasis er i underkant av 2 % av unge gutter i Norge som bruker dette (Sandvik, M. R., Bakken, A., & Loland, S., 2018). Steroider kan påvirke den psykiske helsen, kan påvirke utøvelse av vold og gi langvarige skader. Steroider blir brukt for å få større muskulatur og de som vil ha mer definerte muskulatur. Noen utvikler problemer med blandingsbruk med andre rusmidler, som kan utarte til en negativ spiral som kan påvirke livet på mange måter. Negative faktorer og konsekvenser kan føre til utøvelse vold, senskader både fysisk og psykisk, og i noen tragiske utfall som kan føre til selvmord. Det er få leger som har kompetanse på feltet, men man kan gjennom å kontakte Antidoping Norge få råd og kontakt til spesialistene på Ullevål sykehus, Oslo. I Hallingdal har vi lege Nils Høva, tilhørende Nesbyen, som har kompetanse på feltet. Det oppleves som utfordrende å få eiere av treningsstudioer til å anerkjenne problemene rundt bruken av steroider i tilknytting til bruk av treningsstudioene.

- Rusfrie arrangement kan være forebyggende og ta fokuset bort fra andre fester. Det er viktig at kommunene bidrar til rusfrie arrangement med ansvarlige voksne tilstede, med en langsiktig og forutsigbar økonomisk støtte.

### Barneverntjenesten i Hallingdal

- Psykisk helse og rus henger tett sammen.
- Viktig med forståelse, satsninger og kontinuitet i ledelsen for utfordringer og sammenhenger.
- Viktig å ha faste møtepunkt med de som jobber i felten.
- Mye å hente på samarbeid med frivillige lag og organisasjoner. Også samfunnsøkonomisk.
- Svært bekymringsverdig med økende utenforskap og isolasjon i samfunnet, viktig å nå de sårbare gruppene og familiene.

### Trygg oppvekst i Hallingdal

Dersom man skal tenke bred og god forebygging, må man starte mye tidligere enn i ungdomsårene. Trygg oppvekst anvendes fra svangerskapet av.

### Videregående skoler

#### *Gol vgs.*

Opplever at utfordringer i henhold til psykisk helse er større enn andre utfordringer i aldersgruppen ved skolen. Det er noe, men lite utenforskap og dette følges opp så fort de er klar over det. Man opplever at elever som er bekymret for sine venner, i noen grad kan meddele sin bekymring uavhengig av årsaker. Det er nyttig med miljøarbeider og ungdomslos som jobber tett på og har lavterskel for opprettelse av kontakt. De har også en annen relasjon til elevene enn lærerne. Miljøarbeider ved skolen er et forebyggende tiltak og tilbyr samtaler en-til-en ved ønske eller behov. Miljøarbeideren er «førstelinja» på skolen i henhold til relasjonsbygging etc., og er mye rundt på området og på ulike arenaer ved skolen. Rådgiver er også tett på, men i en noe mer formell setting. Skolen innhenter fagkompetanse, videresender eller varsler ved behov, siden de ikke har spesifikk fagkompetanse innenfor psykisk helse og rus m.m.

Årlige stunt som «Midt i trynet» treffer bra, men kanskje noe kortvarig for flertallet og kan være utfordrende å følge opp. Samtidig kan slike tiltak være viktig og avgjørende for enkelte elever. Det er

utfordrende etter slike «happeninger» å lage eller ha tiltak for alle (både elever og lærere), men det er noe man ønsker å ha fokus på og jobber med, og det rådføres med SLT-koordinator.

Man er klar over at det sannsynligvis finnes rus på skolen, selv om det ikke synes, men det er ingen store mistanker om økt rusbruk ved skolen. Det er en liten og oversiktlig skole med mange voksne tilgjengelige i alle områder, også i gangene. Elevene har etterspurt voksentetthet i gangene, noe skolen tar på alvor og til etterretning. Elevene selv sier det finnes mye rus. Det er en etablert kultur om at å «snitche» er uaktuelt. Derfor er det også veldig viktig med «facts». Slik at ungdommen har riktig faktakunnskap, siden det er mye feilinformasjon tilgjengelig. Ungdommen sier at når politiet er synlige på fester, føler de seg trygge.

### Ungdomslosene i Hallingdal

Ungdomslosen poengterer at ungdommen flest er veldig ordentlige og bra, noe media godt kan fokusere på. Media har en påvirkning på folk, og hvilket fokus de har er av betydning. Å fremme det negative kan forsterke det, samtidig som at dokumentering og tilstedeværelse er viktig. Media kan fremstille ungdomsmiljøene som dårlige og eller med store utfordringer, da det ikke gjelder alle ei heller de fleste, kan dette føre til misoppfatninger i samfunnet.

Ungdomslosene bruker 80% av tiden til akutte saker og krisehåndtering av ungdom. Utfordingsbildet viser til mye angst, depresjon, stress, press og rusproblematikk. Det brukes mye tid på få enkeltindivider.

Ulike arrangement treffer ikke, selv om man kjenner til både utfordringer og behov. Det er vanskelig å finne løsninger selv om mange voksne og offentlige ansatte gjerne vil samarbeide og forebygge, men muligens kommuniserer forbi hverandre slik at tiltakene ikke treffer målgruppene. Det oppleves som litt tilfeldig hva som arrangeres og når. Ofte noen andre enn kommunen som tar første initiativ. Det er utfordrende å tilpasse tilbudene til målgruppene. Har tidligere prøvd ut ungdomskafe i Gol, men det var vanskelig å rekruttere ungdommen til tiltaket. Formålet var en møteplass i trygge omgivelser, men det møtte opp få elever, hvor tiltaket ble utprøvd over tre perioder med åtte ganger i hver, totalt over omtrent halvannet år. På Ål ble det i pandemien arrangert Læringscafe, hvor ingen møtte, men det var meldt inn som et behov med en møteplass. Det er verdt å huske på at begge tiltakene over hadde utfordringer med transport hjem etter arrangementene for ungdommen.

Foreldreoppfølging og foreldregrupper finnes og tilbys fra barna er små, men opphører ofte før eller ved videregående skole alder.

Ungdomsmiljøene og de ulike systemene ungdommen selv styrer og kontrollerer, kan også være de samme som ungdommen selv synes er vanskelig, men aktivt deltar i selv. Sosiale termer og forventinger kan være ekskluderende, hvor de mest sårbare og yngste ungdommene kan være mest utsatt. Alkoholbruk og rusmisbruk for noen ungdommer er utfordrende. Det er også en «normalisering» i noen av ungdomsmiljøene i henhold til bruken av hasj. Russetiden og russemiljøet kan være sosialt utfordrende og ekskluderende.

## NAV (IPS UNG)

Nyere forskning gjort av Arbeidsforskningsinstituttet viser til gode resultater av IPS Ung med å inkludere flere unge voksne i arbeidslivet (Malmberg-Heimoen et al., 2024).

Tilbakemeldinger viser til at aktivitetstiltak og en meningsfull hverdag er forebyggende tiltak.

## Frivillige lag og organisasjoner

### *Rusfrie arrangement*

Rusfri avslutningsfest på Ål, er et rusforebyggende tiltak for 10.trinn i Hallingdal hvor Skjærgårdslive er arrangør. Det kan ta fokuset bort fra andre og mindre fester kommunevis i Hallingdal, som kan inneha rusmidler og hvor det kan være færre eller ingen voksne til stede. Erfaringer tilsier at det er et flott tiltak i det rusforebyggende og holdningsskapende ungdomsarbeidet, hvor det er viktig at kommunene bidrar med en langsiktig og forutsigbar støtte.

### *Hallingdal Fotball Klubb, HFK*

HFK erfarer hvor viktig det er med inkluderende arenaer og bidrar her. Har opprettet et solidaritetsfond, hvor man kan søke økonomisk bistand dersom det er behov, til deltagelse, utstyr, reise etc.

Økonomi er en utfordring for de fleste idrettslag, siden forholdene mellom inntektene og utgiftene øker. Dette utfordrer rekrutteringen i stor grad, men også driften av idrettslag.

Frivilligheten generelt er synkende i landet, som fører til et behov om å ansette flere for å møte behovene, hvor igjen dette utfordrer økonomien, er en generell trend i idretten i Norge. Det finnes tilskuddsordninger, som inkluderingsmidler, men det gir liten kontinuitet og svekker forutsigbarheten, samt vanskeliggjør en langsiktig planlegging. Utfordrende å rekruttere frivillige

blant foresatte, da mange av de aktive utøverne er over 18 år. HFK har dyktige frivillige som er med, til tross for at de ikke er altfor mange.

#### *Hemsedal Ungdomsråd*

- Det er stort behov for mer rusforebyggende arbeid.
- Viktig å se hvert individ, hver person, opplever at voksne kan overse det, dersom det er tydelig at noen ikke har det bra eller oppfører seg om de muligens kan være rusa.
- Synes Kjærlighet og grenser var lærerikt, viktig med slike tiltak.
- Møter tiltak i skolehverdagen og på noen aktiviteter.
- Stor ulikhet mellom videregående skolene og lærerne, i henhold til å ta tak i rusbruk.

#### *Hemsedal Idrettslag (HIL)*

- Utfordringer i ungdomsmiljøet merkes også i idretten, det speiler samfunnet.
- Det var oppstartsmøte av Alle Med, men det stoppa opp av ulike årsaker.
- Søker jevnlig midler til drift, nye anlegg og inkluderingstiltak.
- Finnes midler til støtte for medlemskontingent for familier som har behov for dette.
- Det er opprettet idrettsråd i Hemsedal. Kan søke midler som kan brukes til idrettslag og andre aktiviteter.

#### *FAU Gol*

- Ser viktigheten av tverrfaglige fora.
- Sosiale sammenkomster for elever og foresatte er viktig på flere måter. Dette ser FAU på som artig for barna å være med, og som et samlingspunkt for foreldrene å se på, og en fin måte å inkludere og ivareta både innflyttere og flyktninger.
- «Midt i trynet» foredraget var suksess, man fulgte også opp alle som ikke svarte på påmeldingsskjemaet.
- Temakvelder for foresatte og elever er inspirerende og noe man vil fortsette med. Utfordrende økonomisk, men kan søke støtte fra andre kommuner, opprette spleis, søke direkte fra flere bedrifter og samarbeide tettere med psykisk helse til neste år.
- Man er usikre på hvilke konkrete tiltak kommunen har eller gjør.

## Erfaringer i kommunene

Erfaringer fra de ulike kommunene og sektorene er viktig både samlet sett og individuelt. Hvilke erfaringer som er gjort ifra utprøvde og ønskede tiltak kan være tid- og ressursbesparende i det videre arbeidet. Noen kommuner har også andre forhold som befolknings sammensetning, videregående skoler og ulike transporttilbud, som kan påvirke faktorene som er til grunn for erfaringene. Mange bor i en kommune og går på skole eller jobber i en annen kommune.

## Flå

Felles plan og mål er viktig!

Og laget rundt barnet, hele veien er viktig. Flå har ifølge statistikken mange familier med lavinntekt, lavinntektsfamilier er ansett som potensielt utsatte og sårbare familier i samfunnet.

Fritidstilbud er svært viktige, sammen med kontinuitet og trygge voksne. Frivillighet og fritidstilbud i regi av frivillige er viktig i samfunnet, men det trengs offentlige koordinatører for å sikre arbeidet og kontinuiteten i dette.

Tverrfaglige møtefora er viktige møter for å følge med og vite hva som skjer i ungdomsmiljøene. Det er mye prat om status og nå situasjon, ønsker mer konkrete tiltaksforslag i disse foraene. Kan drøfte saker med samtykke eller anonymt.

Kontinuitet i forebyggende arbeid har en god effekt, nærhet og tilgjengelighet også. Generelle forebyggende tiltak som kan skape selvtillit, mestring og inkludering vil kunne ha en effekt. Det handler mye om å bygge eller skape selvtillit, ruste barn og unge til å kunne stå i utfordrende og vanskelige situasjoner etc., for å skape trygge og sterke personer.

*Forebyggende arbeid er kjempeviktig!*

MOT handler om holdninger og det å kunne gi ungdommen verktøyer til å vurdere, mestre og ta valg som er riktig i henhold til seg selv og samtidig inkludere andre. MOT til å ta vare på seg selv, grensesetting etc. er viktig for alle. Målet er trygge og gode ungdommer. MOT styrker ungdoms robusthet til å ha MOT til å bry seg, MOT til å si nei og MOT til å leve. Det å stå i saker som er ukomfortabelt kan trenes på og læres. MOT coachene er ildsjeler, å jobbe med MOT kommer også innenfra og gjør at man engasjerer seg mye. Skolen er glade de har MOT, og håper å utvide MOT

programmet til Samfunnsbygger og Super (1.-4.trinn). MOT undersøkelsen ved skolen som tas etter tre år med MOT, i 10. trinn, hvert år viser til gode resultater. Det fine med MOT er kontinuiteten det skaper, et vedvarende program i tre år som gir mulighet for god implementering. Programmene til MOT er testet og tilpasset ulike temaer og i henhold til alder, og øktene i programmene er evaluert og faglig oppdatert, hvor manuset er bra og til enhver tid tidsriktig. Utfordrende med kostnadene knyttet til de ulike programmene som MOT tilbyr, grunnet innsparinger i kommuneøkonomien. Ønsker flere eller utvida MOT programmer for en økt samfunnsatsning og investering i barn og unge. Det kreves en hel landsby og oppdra et barn. Det er viktig å gjøre oppmerksom på at de ulike punktene som omtaler MOT, kommer fra flere hold i kommunen.

*Viktig å ha «passion» for faget!*

Flå er en liten kommune, hvor det å være annerledes eller stikker seg ut kan være stigmatiserende og kan sitte i lang tid. Lite skolemiljø, med både positive og negative faktorer som kan gjøre det lett å komme tett på, men også lett å falle utenfor. Skoleturer og lignende kan påvirke samspillet og samholdet i de ulike trinnene, noe som kan være forebyggende.

Det er lite rusmisbruk ifølge det man er klar over i ungdomsskolen i Flå. Også lite bruk av snus og tobakk i denne aldersgruppen. Men tidligere elever sier overgangen til videregående skole er stor og at de er overrasket over bruken av rus(alkohol) der. I Flå er det mange som drar ut av kommunen ifra 16 års alder til videregående skoler i andre kommuner og områder. Derfor er det få i denne aldersgruppen 16 år til tidlig 20 årene, og derav et lite miljø med få møteplasser.

Utfordrende å fange opp de som ikke tar kontakt i møte med utfordringer. Vanskelig å nå ungdommen som havner utenfor og som tar valg som får negative konsekvenser.

Man har fått høre at Flå er et knutepunkt for distribusjon av narkotiske midler, men har ikke kilder til dette.

## Gol

Det er stor kontakt mellom kommunene, ungdommene er mer på tvers av kommunegrensene enn tidligere. Derav viktig å se kommunene under ett, ungdommen er felles for Hallingdal. Gol opplever at mange ungdommer trekker hit. Det er både stor bevegelse mellom bygdene, og mellom alderstrinnene.

Det er viktig med gode foreldre/foresatte nettverk og forebyggende tiltak som foreldrenettverk og foreldreveiledning. Erfarer at foreldrenettverk som fungerer godt «sparer mye» og er forebyggende

på flere fronter, dårlig nettverk skaper bl.a. utfordringer for samarbeid, holdninger og er også utfordrende i et samfunnsøkonomisk perspektiv.

«Midt i trynet» foredraget var suksess, og man jobbet aktivt med påmelding hos foresatte ved at man fulgte opp alle som ikke svarte på påmeldingsskjemaet.

Ser viktigheten av tverrfaglige fora. Erfarer at det er viktig og ønskelig med tettere samarbeid mellom tjenestene og avdelingene, og dette er påbegynt.

Det oppleves at det er bedre med interne MOT representanter, enn at noen kommer utenfra og inn kun i noen timer. Nå er det driftet av sosiallærer og rådgiver ved skolen, og er noe av det beste ved sosiallærerjobben ifølge Sjølie. Sosiallærerstillingen er tett på og fungerer bra, stillingen er viktig, presiserer at dette er kommet fra flere instanser (red.).

Psykisk helse vil i fremtiden være organisert annerledes og det vil kunne styrke tilbudet. Målet er en samorganisering og samlokalisering av tjenester til barn og unge, også lavterskeltilbud og samtaler til voksne. Håper på avklaringer i løpet av første halvdel i 2024 i henhold til dette. Har midler til rusforebyggende arbeid, men har avventet å sette inn i tiltak til organisering er mer avklart. Tjenestene til barn og unge skal samordnes, også muligens lavterskel tilbud til voksne. Har mange brukere på vedtak i Psykisk Helse per nå, (ca. 60-70 personer), med miljøarbeid og individuelle tiltak. Erfarer at det er et stort gap eller hull i tjenestene til innbyggerne. Utfordrende å endre tjenestedesign og samtidig forebygge mer når det er akutte behov, men det er også en nødvendig endring mot mer forebyggende arbeid.

Erfaringer i fra Alarmgrupper er at det har ofte resultert i mer individuell oppfølging eller veiledning videre. Har ikke lyktes med å etablere grupper nå, bedre med individuelle tilbud foreløpig.

Gol var i Danmark på studietur, så på «Stime» prosjektet. Tjenestene i Stime var fokusert på kort vei fra bekymring til handling, og ikke diagnose avhengig, men i henhold til utfordringsbildet. Gol er kanskje for små alene til å igangsette dette, men det kan være aktuelt dersom man samarbeider i regionen.



## Hemsedal

Sosial møteplasser og kunnskapsbasert tiltak kan favne de som er i risikogrupper for sårbarhet. Opplever at forebygging er det som er mest hensiktsmessig, både humanistisk og økonomisk. Det er viktig med forpliktelse og engasjement over tid for å holde prosjekter i gang over tid.

Lavterskel tilbud har ført til økt kontakt av innbyggerne.

Det er flere tjenester som kan være helsefremmende og forebyggende i kommunen, samt at dette er et tverrsektorielt ansvar.

Tidlig innsats bør satses på både hos barn og unge.

Skolen opplever at både de og politiet ligger etter det som skjer i henhold til de samfunnsmessige endringene innenfor rusbruk etc.

Erfaringer på at synlig politi på arrangementer med elever er veldig forebyggende og ønskelig.

Foresatte gruppa er de som vi må nå, fordi de har stor påvirkning på de unge.

Skolen opplever at Hemsedal som bygd har rusproblematikk.

Per nå ikke noe avdekket rusproblematikk på skolen. Vaping er noe utfordrende, men i liten grad.

Skolen jobber tett på individ etter behov.

Fortrinnet med en sosiallærer med rett kompetanse, gjør at man kan tidlig tett på med kompetanse som behøves på feltet. Dette styrker både, elevene, foresatte og skolen som helhet. Tilstedeværelsen i 100% stilling gjør at man kan lettere fange opp ulike problematikk som f.eks. spiseforstyrrelser, fravær etc. Erfarer at det å tilrettelegge for lavterskel og høy grad av tilgjengelighet gjør at ungdommen tør å ta kontakt med de ansatte.

Opplever at kompetansen kan finnes i kommunen, men at den ofte brukes feil eller ikke plasseres rett (som kan resultere i at fagpersoner søker til andre jobber).

Hol

Ungdommene reiser på tvers av kommunegrensene. Og lokale ungdommer starter ofte på videregående skoler i andre kommuner, derfor også vanskelig å følge de opp, men noen benytter seg av lokale tilbud som Åpen helsestasjon for ungdom, uavhengig av det.

Røyk, snus og e-sigaretter/vape er noe økende med økende alder i ungdomstrinnet. På tross av at det er få foreldre som røyker nå og som har gjort det de siste årene.

Ungdommen er mer sosiale på tvers av alder, og finner hverandre om de ønsker å utforske. Det varierer mellom kullene og alderstrinnene hvor mye de utforsker. Men det oppleves at ungdommen tester grenser og kan være noe «grenseløse». Ungdommen sier at ulike rusmidler er «mer» normalt enn tidligere og i stadig yngre alder. Det er utfordrende å få gitt barn og unge informasjon og kunnskap om rusmidler og konsekvensene av det, slik at de har ett rett faktagrunnlag og forstår hvor alvorlig det kan være.

Det er en økning i mer sammensatte problemstillinger etter pandemien hos barn og unge.

Nesbyen

Viktig med en felles innsats og interkommunalt samarbeid, slik at ungdommen får høre det samme uavhengig av hvilken kommune de tilhører. De har felles arenaer for ulike fritidsaktiviteter og videregående skoler. *Veilederen for Psykisk helse barn og unge* (Helsedirektoratet, 2023) plasserer ansvaret på kommunene i større grad, utfordrende for små kommuner med mindre fagnettverk og ulik fagkompetanse i henhold til utfordringsbildet og behovet for spesialkompetanse.

Foreldrene er helt sentrale i det rusforebyggende arbeidet. Forebygging starter hjemme, med holdninger og oppvekstvilkår, hvor foresatte er de viktigste fra starten. Hvordan man har det hjemme er av stor betydning og om man har trygge foresatte. Tilbakemeldinger på at de foresatte kan oppleve det som vanskelig eller utfordrende å sette grenser. Foresatte gir tilbakemeldinger på at de føler seg noen ganger maktesløse og også uvitende. Hvordan foresatte nettverket og foresatte samspillet er, kan merkes og vises i klassetrinnene.

Det oppleves som utfordrende med «normaliseringen» i samfunnet med ulike rusmidler. Sosiale medier er utfordrende i forhold til tilgjengeligheten av ulike rusmidler. Det gjør det også vanskeligere

å fange opp og bli oppmerksom på for de voksne da dette er i rask endring. Ungdom og ansatte nevner at det er rusmidler på «alle» fester, og at rusmidler er lett tilgjengelig i Hallingdal. Videre opplever ungdommen at foreldrene er naive. Rusutfordringer er et samfunnsproblem, og rus er blitt for «normalt». Utesteder opplever også dette, og setter inn tiltak som lys og vifter for å unngå mulighet for rusbruk i deres lokaler. Rusutfordringer rammer alle samfunnslag, også ressurssterke, og god økonomi kan også føre til en økt tilgjengelighet for rusmidler, da dette er kostbart.

Forebygging handler mye om relasjoner, det mellommenneskelige, også mellom elever og lærere. Viktig å ha nok voksne på skolen, slik at man har nok overskudd til å fange opp det som foregår og snakke sammen. Nyttig kombinasjon med ungdomslos og lærerrolle i en og samme stilling, det muliggjør å fange opp individer med utfordringer eller som sliter. Ungdomslos jobber med ulike tiltak og med opplegg knyttet til enkeltindivider. Det er ikke «tid» eller behov for mer eller flere tiltak i skoletiden, timene og ukene er fulle, samt kapasiteten til de ansatte. Samtidig er det viktig med felles aktiviteter og sosiale dager i skoletiden, som f.eks. skidager, da dette er forebyggende og er med på å skape relasjonsbygging, og man kan få tid og mulighet til å se «alle» i større grad.

Tilbakemeldinger på at ungdommen opplever motgang som vanskelig å takle, fordi de ikke er vant til motgang, de er vant til at ting tilpasses. Ungdommen drives av mange ulike krefter, som venner, media etc. Man jobber aktivt for å prøve å favne ungdommer som faller utenfor andre aktiviteter, særlig utenfor idretten mange er med der. Idrettstilbudet er blitt veldig mye bredere i Nesbyen, noe som er bra og inkluderende. Prosjektstillinger retta mot ungdom gir lite forutsigbarhet og kontinuitet. Faste tiltak er mer vanlig, «normalisert» og kan ufarliggjøre ulike temaer. Som faste kurs, blir mer «normalisert» og kan ufarliggjøre ulike temaer.

Gode tilbakemeldinger på foredraget «Midt i trynet» som ble holdt i forrige skoleår for Gol ungdomsskole, Gol videregående skole og Ål videregående skole. Dette foredraget ble arrangert av FAU ved Gol. Det rapporteres at foredrag som dette treffer ungdommen bedre enn andre mer tradisjonelle foredrag.

Ål

Å møte folk der de er har best effekt. Det er viktig med tilstedeværelse og tilgjengelighet. Og praksisveiledning kan ha god effekt.

Ål kommune er en arrangementskommune og en inkluderende kommune. Bra at store arrangement i Hallingdal ofte har noe for barn og unge også. Sundreball har også noe for ungdom, som er et

inkluderende tiltak. Ål har 150 frivillige lag og organisasjoner som er viktig i henhold til det forebyggende og helsefremmende arbeidet. Kulturskole, idrettslag og andre lag er i seg selv et rusforebyggende tiltak. Aktive og delaktige ungdommer er forebyggende faktorer. Ål-appen, har mye informasjon, det å spre informasjon om arrangement og tiltak som kan inkludere og invitere kan være rusforebyggende og helsefremmende. Det er seniorgruppa i Ål som har fått midler til å utvikle appen.

*«Det viktigste er å møte foreldrene der de er»*

Foreldrene er veldig viktige! Godt samarbeid, støttende og holdningsskapende arbeid har stor betydning, samt at foreldrenettverket er veldig viktig. Ungdata undersøkelsene er nyttige, og fint å bruke tallmaterialet derifra, både for elevene og foresatte.

Noen er i større risiko, og man jobber mye med fokus på å romme de ungdommene som står i fare for bl.a. utenforskap, få de inn i miljøer som de trives i og kan tilhøre. Det handler om å bygge stødige ungdommer. Man har også bekymring rundt enkelte grupper som ikke har fravær, og klarer seg greit på skolen, men der man har mistanke om rus og festkultur allikevel. Det er ikke alltid rusen er problemet, heller symptomet på andre underliggende faktorer. Det er for få voksne til stede utenom skoletid, på den måte at de er tilgjengelige for barn og unge. Mange voksne som jobber rundt barnet, jobber kun i «kontortid». Det er viktig å være synlige i friminuttene for ungdomsklassene, også noe på ungdomsklubben som ligger i Kulturhuset.

Styrkebasert tilnærming er også en metode som kan være styrkende i det rusforebyggende arbeid. Hjelp med å finne styrkene og hjelpe elevene å se det store bildet, framtidstro og se sammenhengen mellom skole og livet videre, det kan ansvarlig gjøre elevene også. Har tror på å spørre ungdommen selv, hva de ønsker og trenger, og samarbeide med dem. MOT programmet er under evaluering. «Midt i trynet» foredrag var veldig bra og kom til ved samarbeid mellom vgs. og ungd. Skole.

Det er ulike nivåer for samarbeid og deltakelse i flere fora. Men kan være utfordrende med tid og tidspunkt for å samarbeide med skolen, da lærerne har mye undervisningstid og lite avsatt planleggingstid. Vi trenger å tenke nytt vedrørende planleggingsdager og møtetid, det er viktig å ta på alvor behovet for samarbeid.

Samarbeid mellom skole og Familiens Hus er veldig bra, og man har et stort lag rundt elevene. Videre er det et godt samarbeid med spesialisttjenesten. Og man har god nytte av konsultasjonstelefon

tjenesten hos BUP. Dialogbasert inntak er et samarbeid mellom 1. og 2. linje tjenestene, samt barnevern for å hindre avslag på henvisninger. Rett hjelp til rett tid. BUP, PPT, Familiens hus og barnevern er representert i disse møtene. FACT ung er viktig. Videre er relasjoner av betydning, og viktige i vurderinger i henhold til saker.

## Avdekte behov i Hallingdal

De ulike etatene og sektorene har uthevet enkelte behov og mangler i kartleggingen. Dette er derav et ønsket satsningsområde som bør vurderes videre for Hallingdal som region.

### Politiet

- Evaluering av forebyggende trafikk- og rus tiltak for ungdom, men det er vanskelig å evaluere og tallfeste.
- Rusforebyggende team/enhet skal være etablert i hver kommune fra 01.07.22, viktig at politiet kjenner til kontaktpersonene og hvilket tilbud som finnes i hver kommune. Kunne dette ha vært løst interkommunalt? I Hallinghelse?
- Ønskelig med møtereferater, som også kan legges ved loggen som politiet bruker daglig.
- Utfordrende med de som ofte havner som kasteballer i systemene, hvem er ansvarlig for oppfølging og ivaretagelse? Ofte en loop mellom brann, ambulanse, politi, vakthavende lege og akutt psykiatrisk innleggelse, så tilbake til bosteds kommunen etter få dager. Gjentakende utfordring, som er tidkrevende og kostbart.
- Ønskelig med folkehelserådgivere i Tverrfaglige grupper, i et samfunns perspektiv.
- Det er et akutt behov for en oversikt over hva kommunene gjør, og hva de tilbyr!

### Samordning av lokale rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak, SLT

- Politiet trenger endringer i lovverket og flere ressurser og mer fokus på rus og rusforebyggende arbeid enn de prioriterer i dag.

*«Politiet har lite ressurser innenfor rusfeltet! Viktig at de får tilgang til informasjon.»*

- Lovverket og utøvere av dette trenger at mulighetsrommet er tilpasset slik at politiet kan etterforske og gripe inn ved behov.
- Det er nødvendig å gi kunnskap og informasjon til ungdommen slik at de kan ta gode valg.
- De foresatte er ansvarlig for sine barn og de må være deltagende i barnas sine liv. Foreldre og foresatte er nødt til å komme på banen og her kan det offentlige bidra og hjelpe til på feltet. Mange foresatte tar kontakt med SLT-koordinator og spør om hvor man kan henvende seg videre. Folk tør å ta kontakt siden det ikke er en rettsinstans og at det er kontinuitet i miljøet.

- Det er viktig at offentlige tjenestutøvere, som kommunalt ansatte, klarer å engasjere foreldre og foresatte.
- Man ønsker å kunne ha en god dialog med foresatte, tidlig samhandling fra barna er små, med foreldrenettverk og mer. Dette kan være forebyggende og være en beskyttende faktor mot blant annet rusutfordringer.
- Ruskonsulenter med rett kompetanse kan være nyttige i dette arbeidet.
- Ungdoms los er svært nyttige og kan ha god kjennskap til ungdommen og miljøene rundt.
- Sentrale nøkkelpersoner er Ruskonsulenter, ungdomskonsulenter, ungdoms los etc. er viktige og bør overlappes i det de skifter stillinger. Tar lang tid å bygge opp tillit. Nettverks tilganger og kunnskap vil kunne være samfunnsøkonomisk nyttig ved gode overlapper.
- Oppvekstreformen kan medføre tettere oppfølging og tidlig innsats hos barn og unge i kommunene. Videre kan oppvekstreformen argumentere for å forsterke fritidstilbud og tilstedeværelsen av ansvarlige og kompetente voksne i ulike miljøer rundt barn og unge.
- Viktig å følge med i trender og hva de unge er opptatt av, som f.eks. e-sport, ernæring og mye annet, som også kan ha påvirkning på andre valg i livet.
- Behov for tett samarbeid med politiet i forhold til narkotika og rusforebyggende arbeid.
- Jo flere engasjerte voksne, som også er til stede er viktig for rusforebyggende arbeid.
- Forebyggende arbeid må starte tidlig og være kontinuerlig, viktig for oppbygning av tillit og trygghet for alle, også foreldre, og for oppfølginga fra tidlig alder.
- Utfordrende at det i enkelte miljøer i reiselivsnæringen er rusmidler og press relatert til dette, ungdommen sier at de gruer seg for å gå ut i jobb og læretid. Arbeidsgivere har et ansvar her, og må få på plass ett system med null toleranse for narkotika bruk blant ansatte. De kan innlede ett samarbeid med politiet, og få råd og hjelp her også.
- Dagtids ansatte rundt ungdommen har en utfordring med å holde seg oppdatert på hva som skjer etter kontortid, som kan påvirke livet til ungdommen og de som jobber med ungdommen i stor grad.
- Viktig å få fjernet «snitche» begrepet i ungdoms miljøene, da dette bidrar bare negativt ved at det dekker over ugreie, ulovlige og kriminelle forhold blant ungdommene.
- Huseiere (også kommunen!) har et ansvar og man kan ha/kreve vakthold, og følge opp ungdommen ved å stille krav til både ungdommen, eiere og vaktholdet.

*«Enig at behovet er tilstede for økt satsning på rusforebyggende arbeid blant barn og unge»*

## Barneverntjenesten i Hallingdal

- Viktig å tenke interkommunalt samarbeid. Ungdommen treffes på tvers, derfor må vi tenke sammen.
- Utnytte møteforaene som er etablert enda bedre.
- Ha egne ungdomsteam som kan være ressurser for skolene. Hvor de jobber forebyggende med ulike temaer og tverrfaglig.
- Kan tverrfaglige møter med barnehage og skoler, eller møter de har med foresatte, nyttes til drøfting av relevante temaer der barnevernet kan bidra inn? Og løfte opp temaer?
- Trenger å nå de sårbare og risikoutsatte gruppene og familiene på et tidligere tidspunkt.
- Kommunene må satse på inkluderende møteplasser! Hvor det også er dedikerte ansatte, ungdomskonsulenter etc. som kan også inspirere frivilligheten.
- Viktig at frivillige lag og organisasjoner får vite hvor viktige de er! Kommunene må anerkjenne dette.
- Tidligere var det politiet som kalte inn til tverrfaglige møter, og det fungerte, kanskje man kan igjen gjøre det?
- «Kjør for livet» var tidligere et tiltak med øremerkede midler i kommunen, dette er fortsatt et behov i samfunnet. Bidra til å skape en møteplass for motorinteresserte.

## Videregående skoler

### *Gol videregående skole*

- Ungdommen trenger konkret informasjon om rus, mulige skadevirkninger og konsekvenser! Dette er enn felles tilbakemelding fra miljøet ved skolen.
- Forebygging er viktig, og er kanskje der vgs. i størst grad kan påvirke.
- Forebygging i henhold til psykisk helse er også rusforebyggende.
- Riktig informasjon og faktakunnskap ut til elevene, foresatte og ansatte årlig er viktig, og at det er kontinuitet i dette arbeidet. Både om rusmidler, konsekvensene og symptomer og adferd. Viktig å lære om dette.
- Savner ruspatruljen til politiet.
- Savner synlig politi, uplanlagte besøk, hvor forebygging og relasjonsbygging står i fokus.
- Ønsker oppsøkende virksomhet for ungdommen, gjerne gjennom funksjoner som f.eks. ungdomslos, i forhold til elever man er bekymret for utenfor skoletid og i ferier etc. Viktig at det er en person som har en relasjon til elevene fra før.



- Behov for hybeloppfølging, der flere av elevene bor langt hjemmefra. Viktig også med kartlegging om og eventuelt hvilke behov som finnes der. Som f.eks. ettermiddagsaktiviteter.
- Hvordan kan vi drive etterarbeid etter stunt?
- Årlige «stunt»/arrangementer kunne hatt bedre og større effekt med oppfølging i etterkant, men krever kompetanse og ressurser.

## Ungdomslosene i Hallingdal

- Felles tiltak og aktiviteter for Hallingdal er viktig for ungdommen selv.
- Koordinering av ulike tiltak og arrangement.
- Års hjul for Hallingdal, kommunevis/etater for ulike arrangement og tiltak hadde vært nyttig
- Kontinuitet i arbeid, overlapp eller kunnskapsoverføring, og i tiltakene.
- Møteplasser er veldig viktige!
- Medvirkning fra ungdommen selv kan være nyttig eller nødvendig.
- Mer synlig politi, forebyggende og i dialog. Terskelen for å ta kontakt med politiet og drøfte eller spørre om saker blir lavere for ansatte og elever, ved mer kontakt og synlighet.
- De videregående skolene ønsker at politiet skal være mer synlige på skolene, forebyggende.
- Begge deler over i henhold til synlighet av politiet er rusforebyggende arbeid. Siden flere av rusmidlene er ulovlige og noen rusmidler har en aldersgruppe som favner få vgs. elever er dette også innenfor politiets felt.
- På Gol vgs., hadde ungdomslos med midler fra kultur etaten, servering av mat (ofte første måltidet den dagen for veldig mange elever!) de to siste timene tirsdager. Mange møtte opp og brukte tilbudet, maten ble levert fra Makalaus.
- Elevrådet søkte nye midler og tiltaket med matservering fortsatte. Mellom 60 -120 elever var innom. Maten ble levert fra Pizzabakeren.
- Ål vgs. har hatt mat serveringer, med ungdomslos eller andre voksne til stede, med gratis mat i kantina i perioder. Ingen servering per d.d.
- Elevene ønsker voksentetthet og voksne til stede. De sier de trenger voksne til stede. På Gol vgs. har de nå et prosjekt i noen uker, hvor lærerne må ta lunsjen i kantina en dag per uke. Dette er ønskelig og utalt fra ledelsen ved Ål vgs. også, og nå er kantina utbedret og mer funksjonell, og elevene trives bedre der med hengeplass og mulighet for å sitte å arbeide der.
- Tverrfaglige møter i oppvekstsektorene har ikke Ungdomslos kapasitet til, men ledere i Psykisk Helse eller Familiens Hus er til stede. Kunne vært nyttig med kontinuitet i dette samarbeidet for overgang ungdomstrinn til videregående skole.

- Ungdomslosene har ikke noe tiltak eller arbeid knyttet opp mot foresatte på systemnivå, kun evt. i enkeltsaker.

## Frivillige lag og organisasjoner

### *Hallingdal Fotball Klubb, HFK*

HFK kan bidra med aktivitetstiltak ved behov, og ser nødvendigheten av samskapende tiltak og prosjekt i samfunnet. Dette grunnet har mange unge ledere og spillere i klubben.

HFK ser behovet for og viktighet av å ha flest mulig med, inkludere alle, uavhengig av hvor interesserte de er i fotball. Det er viktig med organiserte aktiviteter, for å forhindre utenforskap. Hvordan få med de som vil bli med i et miljø, men ikke fotball eller ikke har råd til å bli med, er utfordrende. Ønsker å rekruttere flest mulig. Hva er barrierene, hvordan forhindre utenforskap og skape inkluderende miljø?

### *Hemsedal Ungdomsråd*

- Det er stort behov for mer rusforebyggende arbeid.
- Mange mangler og er i behov av kunnskap om rusmidler og konsekvensene av dette.
- Synes Kjærlighet og grenser var lærerikt, viktig med slike tiltak.
- Skolebesøk av tidligere rusmisbrukere kan være nyttig. Ungdomsskole og oppover, fra 9. eller 10.trinn, så tidlig som mulig, men gamle nok til å forstå det.
- Erfaringskonsulenter på skolebesøk.

### *Hemsedal Idrettslag (HIL)*

- Savner en bedre kommunikasjon mellom skolen og idretten som kan være forebyggende og behjelpende dersom det er store utfordringer i enkelte grupper.
- Hvilken rolle skal idrettslaget ha fremover?
- Ønsker tettere samarbeid med kommunen.
- Viktig å lage attraktive anlegg for aktivitet, til uorganiserte treff også. Inspirere til både organiserte og uorganiserte treff på ulike anlegg.
- Utfordringene er manglende plass og anlegg til tiltak og aktiviteter. Særlig på vinterstid/dårlig vær.

- Hemsedal Idrettslag, Hemsedal Martial Arts og Golfklubben som er i Norges idrettsforbund, har etablert et Idretts og aktivitetsråd for Hemsedal. Ønsker at kommunen er deltakende i Idrettsrådet, intensjonen var det, grunnet endringer i ansatte kabalen har dette ikke skjedd. Ønsker å etablere aktiviteter som ulike lag og organisasjoner ønsker- det kan være frisbee golf, stolpejakt, filmklubb for voksne etc. Finnes standardavtale for samarbeidsavtale mellom Idrettsråd og kommuner.
- Savner samarbeid med kommunen om tilrettelegging av trening for kommunalt ansatte.
- Savner samarbeid generelt med Hemsedal kommune.
- Ønsker å starte «mekke» klubb. Har lokaler og interessert ungdom.
- Transport er utfordrende.

#### *FAU Gol*

- Ønsker rusforebyggende foredrag som er både for foresatte og elever, på dag og kveldstid, som f.eks. Marco Elfasadi.
- Ønsker og savner felles tiltak fra skolen som julefest, sommerfest, utstillinger, forestillinger etc., som er felles for elever, foresatte og ansatte. Dette er en unik og felles arena hvor alle kan samles, uten kostnad og en måte å invitere og inkludere nye innbyggere i kommunen på.

## Avdekte behov i kommunene

Kommunen har i prosessen vist til ulike behov og mangler i det rusforebyggende arbeidet som samlet sett gir en indikator på hvilke mulige tiltak som bør prioriteres i det videre arbeidet både kommunalt og regionalt.

### Flå

- Felles satsning regionalt.
- Ressurser til å satse bredere på forebygging og helsefremmende tiltak.
- Satse på økt foreldreveiledning, og tilby kurs etter behov.
- Arenaer for ungdom å møtes på. Sosiale arenaer for de i alderen 16-35 år er få, hva kan man gjøre forebyggende på dette området?
- Nettverksbygging og kulturtilbud, fra 0-100 år.
- Transportalternativer er utfordrende i forhold til bl.a. tilgangen til kulturtilbud.
- Tid til å jobbe mer og bredere med temaene som MOT innehar både blant de unge, men også med foresatte og personal.
- De unge MOTivatorene er en ressurs som kan benyttes enda mer. Ung til ung formidling kan være veldig bra.
- Behov for møteplasser for MOT coacher interkommunalt jevnlig, f.eks. to ganger i året, hvor man kan fokusere på å engasjere og inspirere coachene, og sikre at skolene har et godt eierskap til MOT.

### Gol

- Felles tiltak for ungdommen i Hallingdal.
- Behov for, og ser det er viktig med regionale prosjekt, siden det er større flyt mellom kommunene og fagkompetanser. Ønsker å benytte seg mer av Hallinghelse, men arbeidsmengden/tiden gjør at det er krevende å kunne løfte blikket og skaffe seg oversikt over tilbudene og tjenesten.
- Samfunnet og endringene i lovverket krever at kommunen har bredere kompetanse enn før.
- Tilbud til alle aldersgrupper, med ulike ønsker og behov.
- Fokus på tidligere tiltak, som foreldrenettverk i fra barnehagealder kan være nyttig å ha med videre som fokusområder.
- Ungdomsskolenettverk. Ønsker en erstatning eller oppdatering for Kjærlighet og grenser (den brukes fortsatt).

- Stort ønske om å lage en felles Hallingdalsmodell for Kjærlighet og grenser (en oppdatering). Ønsker noen som kan jobbe tett på, med kort vei til foreldre og elever.
- Gode møteplasser, det er viktig med gode steder å være sammen for ungdommen.
- Ønsker tettere samarbeid med politiet, i forebyggende øyemed, både på individ og systemnivå.
- Hvordan involvere foresatte med minoritetsbakgrunn bedre, i samarbeider med FAU og andre.
- Kartlegging og oppfølging av barn og unge, også innenfor psykisk helse og rusforebyggende arbeid. Oppsøkende arbeid og være tilstede i og se ungdomsmiljøene. Behov for kjennskap og relasjoner til ungdomsmiljøene, utenfor kontortid hovedsakelig. Noen må ha mer fokus og det overordna ansvaret for dette i kommunen. Og samordne det med tjenestene og være en del av de ulike tverrfaglige nettverkene.
- Ha rusforedrag, løfte opp temaet og ha fokus på det. Gjerne i samarbeid med politiet.
- Nye tema til foredrag for foresatte, kan være hvordan ulike rusmidler ser ut, lukter og virker, grunnet at man er klar over at det finnes i samfunnet. I noen av Oslo skolene er dette blitt gjort for bevisstgjøring, kan være mulig tema i samråd med politiet.
- Behov for mer samarbeid med hele helse og anerkjenne hverandres kompetanse og fagfelt, alle har det samme målet, det beste for innbyggerne.
- Skolen ønsker helsepersonale tettere på. Mangler noen som stiller opp på individ nivå ved behov og det er et behov for å vite hvem man skal sende individsakene til. Ønsker ikke å bruke barnevern, politi eller lærere unødig eller når det er saker som heller ikke faller inn under deres fagområde. Viktig med tydelig forventningsavklaring på ansvar og oppgaver i henhold til over, «en dør inn» og Oppvekstreformen.
- Barnevernet og PPT ønsker å være med i sos. ped. teamet. Sos. ped. teamet fungerer og er en bra arena og det er kortere vei til tett-på i individ sakene.
- Fagansvarlig for barn og unge stillingen er ubesatt. Var en del av sos. ped. teamet ved grunnskolen, og ansvarlig for BTI. Stillingen er aktuell for lavterskel tilbud og kliniske samtaler. Ingen i Psykisk Helse har kun hovedfokus på denne målgruppa nå, men ansvaret er spredd mer utover.
- Ruskonsulent finnes ikke i kommunen, psykisk helses miljøarbeidstjeneste har dette ansvaret. Ønsket ruskonsulent i turnus og søkte midler i 2023, men fikk ingen søkere til stillingen. Omorganiseringen er noe av årsaken til at det ikke har vært mer fokus på rusforebyggende arbeid i denne sektoren i det siste, men det er ønskelig.

- Behov for boliger til tjenestene innfor psykisk helse og rus, og det vil kunne frigjøre ressurser til mer forebyggende arbeid på sikt.
- Toleranse for å anerkjenne både hva som fungerer og hva som ikke fungerer i en faglig kontekst, begge deler vil kunne gi viktige lærepunkt.

## Hemsedal

- Felles tiltak og oversikt.
- Ungdommen melder til ansatte at de ønsker seg et sted å være, et møtested for uorganiserte aktiviteter. Det finnes mange ulike aktivitetstilbud i kommunen, men allikevel finnes det utenforskap, og man ser særlig behov for aldersgruppa unge voksne 16-25 år. Hvor etablering av møteplasser kunne vært forebyggende i henhold til helse og rus også. Det er få møteplasser eller samlingsplass, også muligheter for trygge fester uten rusmidler, særlig for alderen 16 år og eldre.
- Forebyggende arbeid med foresatte savnes.
- Holdningsskapende arbeid blant voksne, foresatte, barn og unge.
- Kunnskaps økning og kunnskapsformidling om rus og rusmiddel, som undervisning og ansvarliggjøring.
- Tilbud og oppfølging til flyktninger.
- Transport er en generell utfordring.
- Utfordringen er å fange opp de som sliter med rusproblematikk.
- Ha fagfolk tett på, og styrke de ansatte på skolen. Ønsker at kompetente fagfolk er til stede ved behov eller situasjoner som oppstår og at man vet hvem som kan kontaktes i kommunen. Ungdomslos som er tilgjengelig, men det er ønskelig med kontinuitet. Ønsker å få prosjekter og fokusområder til å fungere, og at skolen selv kan ha regien på det.

## Hol

- Behov for felles tiltak og satsning på barn og unge i Hallingdal.
- Foresatte- og foreldrenettverk er helt nødvendig for å lykkes med det forebyggende arbeidet.
- Hvordan forklare ungdommen konsekvensene og alvorlighetene av røyking og ulike rusmidler? Gi informasjon og faktakunnskap som de kan ta imot og forstå.
- Viktig å få med hva ungdommen selv synes, og hvilke tiltak de ønsker.
- Noen ganger utfordrende å fange opp de man bekymrer seg mest for, da de kan havne mellom tjenestene.

- Eksterne personer som kan dele erfaringer eller gi elevene faglig påfyll kan kanskje være positivt.
- Det er viktig at foreldrene får informasjon om trendene i lokalsamfunnet.
- Foreldrenettverk som fanger opp hva som foregår i ungdomsmiljøene er viktig.
- Styrke foreldrenettverket på trinnene og på tvers av trinnene er forebyggende, og dette ble det mindre av under pandemien og i etterkant. Nettverk som er støttende og hvor man tør å ta kontakt ved behov kan være av stor betydning.

## Nesbyen

- Generelt for lite forebygging, trenger også mer felles tiltak og forebygging for hele Hallingdal. Ønsker forebyggende og like tiltak for Hallingdal, interkommunale felles satsninger.
- Tettere samarbeid med politiet, både i forebyggende og aktive hjelpetiltak savnes. Mer synlig politi i skolene kan være forebyggende.
- Forebyggende arbeid bør starte tidlig, kanskje i barnehagealder og blant foresatte.
- Det er utfordrende å nå alle foresatte, oppmuntre til at de stille på møter, svarer på utsendt informasjon etc.
- Mer informasjon og kunnskap om rus og psykisk helse til ungdommen, foresatte og ansatte. Trenger å jobbe med å bryte ned stigma rundt rus og psykisk helse mer.
- Behov for å «se» ungdommen og være der ungdommen er, med ansatte som er tilstede. Samt behov for mer oppfølging mot hjem og utenfor skole, f.eks. ved Ungdomslos eller miljøterapeut.
- Utfordrende å komme i posisjon til å nå inn til ungdommen.
- Behov for tverrfaglige fora der psykisk helse er inkludert.
- Tettere samarbeid med NAV rundt risikogrupper/utsatte familier i henhold til oppfølging og opplæring, bryte med «arv» i den sosiale gradienten.
- Interkommunale tverrfaglige team som dekker de ulike behovene i henhold til barn, unge, familier og voksne i større grad. Fagkompetansen er urbant plassert nå, og kan føre til ulikt helsetilbud i distriktskommunene. Dette er også et politisk felt.
- Har flere samarbeidsfora på ulike nivå på tvers av kommunegrensene, som f.eks. fellesmøter for alle barneskoler etc., men ønsker at de kan forbedres eller forsterkes.
- BTI, Trygg Oppvekst, Stafettlogg, Stafettpinne eller lignende er savnet, og ønsket er spilt inn til kommunalsjef.

- Trenger bedre og tettere samarbeid på tvers av kommunegrensene i henhold til forebygging og oppfølging av felles ungdom.
- Mer fagkompetanse og flere ressurser til sammensatte og kompliserte individuelle oppfølgingsbehov.
- Behov for faste stillinger, ikke prosjektbaserte.
- Ønsker «Fontene-hus»-modellen som et Aktivitetshus eller senter med dagaktiviteter, hvor mestring og meningsfull aktivitet er viktig. Synes organiseringen til Helsehuset i Hemsedal er inspirerende og noe å se til.
- MOT er et bra tiltak, og ønskelig at de ulike lærerne som tilhører trinn er tilstede i MOT øktene for bedre implementering og felles grunnlag dersom situasjoner oppstår senere i det trinnet.
- Tilsvarende tiltak som "Midt i trynet" kunne vært ønskelig i Nesbyen kommune også.

## Ål

- Felles språk.
- Felles fokus og mål.
- Tettere samarbeid mellom helse og oppvekst sektorene i hele Hallingdal, uansett tiltak. Det er også behov for å «snakke samme språk», ha en felles forståelse i sektorene.
- Bedre samarbeid mellom oppvekst og helse i kommunen.
- Miljørettelias på alle trinnene og skolene i Hallingdal kan være forebyggende, på individ-, gruppe- og trinn-nivå. Har en annen tid og fokus på å veilede elevene.
- Det er viktig å ha foreldre og foresatte på banen og ha et foreldresamarbeid som virker.
- ICDP- foreldreveiledning i grupper ([Bufdir](#)).
- Møteplasser generelt, flere og ulike møteplasser trengs, men hvilke og hvor? Transport er sentralt her for mange.
- Savner uoffisielle møteplasser for ungdommen.
- Skolen må også ha eierskap til tiltakene, som for eksempel MOT.
- Mangler kunnskap om hvordan symptomer og adferd ruspåvirka personer har av ulike stoffer.
- Muligens økt eller bedre dialog mellom 10.trinn og videregående skole, særlig i forhold til overgangen.
- Ungdom som er sårbare eller i en risikogruppe, med fravær, mistanke om rus, bekymring etc. Hvordan man kan møte de på best mulig måte er vanskelig å vite.
- Ansvarstydighet i forhold til hvem gjør hva:



- Hvilket ansvar har skolen?
- Skolehelsetjenesten?
- Hvordan komme i posisjon til å kunne hjelpe?

Styrkebasert tilnærming kan brukes bredt, men behov for at det implementeres bredere og bedre i sektoren og evt. i flere sektorer. Handler om hvordan man møte barn og unge hver dag.

## Samlet vurdering og anbefaling til tiltak videre

Felles satsning og samarbeid er viktig, og noe alle kommunene har gitt tilbakemelding og ønsker om! Forskning tilsier at tidlig innsats og satsning mot barn og unge ofte er både mer samfunnsøkonomisk og kan ha større gevinst enn behandlende tiltak senere. Investering i ungdomsårene gir avkastning i de påfølgende generasjonene (Patton, G., Olsson, C., Skirbekk, V. et al., 2018). Inkludering av barn og unge, med et tilpasset hjelpeapparat ved behov for å forhindre utenforskap, påvirkes av flere faktorer innenfor kategoriene rammebetingelser, organisering og praksis hvor vi kan etterstrebe og forsterke, utvikle videre og forbedre dagens løsninger (Traasdahl, M. & Sandoval, S., 2023).

### Hallingdal som region

Felles grunnforståelse av utfordringsbildet, samfunnsendringer og mulighetsrommet kan være styrkende for alle kommunene og bidra til bedre fagutnyttelse og samarbeid på tvers. Ved å sette felles fokus på utvalgte områder kan dette bidra til økt innsats og bedre mulighet for gevinst. Felles satsning kan være gunstig for den enkelte kommune, i et samfunnsøkonomisk perspektiv og ved å vise innbyggerne våre i Hallingdal at vi sammen ser de og ønsker å satse på dem!

### Møteplasser og transport

Behovet for møteplasser og transport er noe vi kjenner godt til fra tidligere også, her er det både geografiske og klimatiske utfordringer som påvirker mulighetsrommet noe. Det er allikevel av en stor betydning for befolkningens trivsel, herunder særlig de unge, og hvorvidt det vil være attraktivt for dem i fremtiden å bo i Hallingdal. Livskvalitet og trivsel påvirkes av faktorer som vi kan gjøre noe med. Nyere forskning tyder på at faktorer kommunen har styring over kan, sammen med andre faktorer, ha en innflytelse unges psykiske helse (Yu, B., von Soest, T. & Nes, R.B., 2024). Får å få til nok møteplasser og ett bedre transport tilbud for de unge kreves det samhandling og politisk vilje i alle kommunene. Samtidig som mye kan gjøres i det små, ved å ha rusfrie arrangement eller tilby husvære for ungdommen og sørge for nok voksne tilgjengelig.

### Politiet

Økt tilstedeværelse av politiet er et tydelig funn i gjennom hele kartleggingen og innhenting av informasjonen, dette er i tråd med politiets egen satsning, ØLT. Det er ønskelig som et generelt forebyggende tiltak, både i skoler og i samfunnet generelt. Ungdommen ønsker de også tilstede ved arrangement og fester. Behovet og ønsket om ytterligere økt tilstedeværelse av politiet indikerer at det er ønskelig med hyppigere skolebesøk og mer ØLT enn i dag.

## Oppvekstetatene

Oppvekstsektoren har en unik rolle i barn og unges liv, og har en mulighet for påvirkning av helsefremmende og forebyggende aktiviteter og holdninger. Ungdomsskoletrinnene har i løpet av de tre årene flere elementer av rusforebyggende tiltak og fokus på psykisk helse gjennom ulike, faste aktiviteter og tiltak på alle skolene i Hallingdal. Samlede funn viser til viktigheten av kontinuitet for å implementere og drifte ulike tiltak, hvor kortvarige prosjekter kan ha mindre suksess.

Rektorene i Hallingdal har gitt innspill om at de ønsker å satse på foreldrenettverks program, som f.eks. «Kjærlighet og grenser» ([Bufdir](#)). Men det er ønskelig at det er mer tilpasset Hallingdal, og at de får bistand til dette regionalt. Det er kommet flere tilbakemeldinger fra elever, foresatte og ansatte om at de synes det var et godt program. Videre viser ikke nyere forskning til en effekt etter formålet av programmet (Bjørknes et.al., 2021). Samtidig bør man ha med seg at det kan være gunstig i henhold til andre faktorer som f.eks. bidra til å skape relasjoner, trygghet og nettverksbygging.

*Formålet til programmet er å unngå tidlig debut og problematisk rusbruk hos ungdommene. I programmet ønsker man å styrke de beskyttende faktorer når det gjelder psykiske helseplager og veilede foreldre i forkant av ungdomstida. I tillegg søker man å forbedre samarbeidet mellom hjem og skole, bygge gode foreldrenettverk samt øke ungdommenes sosiale kompetanse ([Bufdir](#)).*

MOT er et av flere mulige forebyggende, helsefremmende og styrkende tiltak man kan velge å bruke. Her i denne rapporten er det ikke evaluert eller vurdert verdien av MOT, men det som peker seg tydelig ut er behovet for «like» tiltak i kommunene og at nytteverdien av programmer som MOT også er avhengig av engasjerte voksne. Dette krever forankring i skolene, men også på overordnet nivå og politisk. Det er positivt med felles tiltak i Hallingdal.

Skolene er viktige arenaer for rusforebygging og er de som kan nå ut til flest unge med kunnskap. Asker kommune har laget en håndbok, *Å snakke om rus! Helhetlig og systematisk arbeid i møte med ungdom og deres foresatte*, som kan gi oss inspirasjon til mulige tiltak (Asker kommune, 2021).

Behovene for felles tiltak og satsninger kan løses på flere måter, men samskaping og samarbeid kan være avhjulpende ressursmessig, både i henhold til tid, personale og økonomisk. Interkommunale satsninger som f.eks. utvikling av et program for et foresatte- og foreldrenettverk til bruk av de kommunale helse- og oppveksttjenestene, med oppstarts støtte regionalt, kan være viktig og nyttig.

## Foresatte og foreldre nettverk

Viktigheten av gode foresatte og foreldre nettverk er også et tydelig funn i kartleggingen. Å fasilitere til foreldre- og foresatte nettverk fra tidlig alder er av stor betydning for det videre arbeidet. En økt satsning på dette kan være nyttig og helsestasjoner og eller barnehager er i en nøkkelposisjon i henhold til kontakt med foresatte og foreldre. Flere av kommunene har allerede etablerte rutiner for foreldrenettverksgrupper. Samtidig som det kommer frem at det er få eller mindre etablert med nettverksgrupper i foresatte gruppa til ungdomstrinnene. Nettverksbyggingen kan være styrkende og godt å ha inn i videregående skole alder for foresatte.

Foresatte selv nevner aktiviteter og tiltak initiert av skolene som mulig inkluderende og nettverksbyggende arenaer. Skolen er også en offentlig arena som kan oppleves som en lavterskel arena for mange, og en mulighet for inkludering av nye tilflyttere man ellers ikke ville kommet i kontakt med. Gjennomføringen og nivået på aktivitet eller tiltaket kan styres av andre enn skolen. Ved å få hjelp av skolen til å nå ut til alle og inkludere alle, kan være av stor betydning for de foresatte og elevene.

## Arrangementer

Arrangementer med formål om rusforebyggende og helsefremmende kunnskap er rapportert som ønskelige og i ulik grad nyttige, men de er krevende å planlegge og arrangere. Arrangementene er avhengige av ildsjeler, dugnader og støtte fra bedrifter og lokalsamfunnet, noe som kan gjøre det uforutsigbart, utfordrende og muligens noe tilfeldig i hva man lykkes med. Faktakunnskap er etterspurt fra flere hold.

Ulike arrangement kan sette dagsaktuelle samfunnsutfordringer i fokus og være et supplement til undervisning og andre samfunnsaktører. Det kan gi en kunnskapsheving på feltet og gi et faglig påfyll, samt belyse saker fra flere sider. Dette er universelle tiltak som kan treffe noen mer enn andre.

Oppsummert ser man tydelig nytteverdien i arrangementer da det samlet sett er av stor betydning både for individene, samfunnet som en helhet, men også samfunnsøkonomisk dersom man forhindrer utenforskap, uhelse eller rusutfordringer. Det er behov for en samkjørt satsning på dette feltet hvor ildsjeler og mindre aktører får støtte og forutsigbarhet til gjennomføring av arrangementer.

## Folkehelsegruppa i Hallingdal

Folkehelsegruppa i Hallingdal ønsker å ha fokus på kunnskapsheving og forebyggende arbeid innenfor rus og psykisk helse for barn, unge og deres foresatte i Hallingdal. Videre vil vi bidra til å fremme barn og unges livskvalitet og psykiske helse, utjevne sosiale ulikheter og sikre at alle barn og unge i Hallingdal samt deres foresatte får et likeverdig tilbud uavhengig av bosted og alder. Med god oversikt, kunnskapsbaserte tiltak og koordinerte tjenester vil man kunne sikre likeverdige og lokalt tilpassede tiltak. Folkehelsegruppa synes det er hensiktsmessig å dele erfaringene og ha et kontinuerlig fokus på arbeidet med psykisk helse og rusforebyggende arbeid blant barn og unge, med kommunene, de fylkeskommunale og statlige institusjonene, samt politikerne.

Samlet vurdering av Forprosjektet gjennom Program for folkehelsearbeid er en satsning på tre ulike tiltak for å videreføre arbeidet i henhold til samlede funn ved ny søknad i Program for Folkehelsearbeid i Buskerud. Se Evaluering under for redegjørelse. Søknaden vil omfatte behovet for kunnskapsheving og fakta informasjon til både ungdommen og voksne, videre møteplasser og transport, og sørge for at kommunene får informasjon om denne rapporten med den hensikt å fremme det forebyggende og helsefremmende arbeidet. Målet er å bidra til deler av det rapporten har avdekt, og styrke det videre folkehelsearbeidet i kommunene.

Fremme folkehelsearbeidet og det forebyggende arbeidet videre ved å skape økt bevissthet om funnene i denne rapporten i Hallingdal, ved bl.a. å presentere den for Regionrådet, kommunene og muligens skape en rom for dagsaktuelle foredrag og drøftinger med evt. politikere og fagpersoner.

Folkehelseforum arrangeres fast annet hvert år. I 2024 ønsker vi å ha rusforebyggende arbeid som grunntema, med fakta og informasjon til barn og unge, samt foresatte og ansatte om rusmidler og konsekvensene av dette. Grunnet en tydelig etterspørsel etter faktakunnskap om dette gjennom Forprosjektet. Siden dette vil bli et større opplegg og involvere ungdommen som krever mer logistikk og transport, legges dette inn i søknaden for å imøtekomme muligheten til gjennomføring fra vår side. Ønskelig å ha det på dagtid for elever og på kveldstid for foreldre og foresatte, med eksterne og engasjerende foredragsholdere. Det er også ønskelig med et åpent møte med tematikken i fokus i tillegg, muligens på vårparten.

Møteplasser for ungdommen er et annet tydelig funn, og her ønsker vi å oppfordre kommunene til å igangsette 6 rusfrie arrangement i 2025, ett i hver kommune. Det vil gi et rusfritt arrangement annenhver måned i Hallingdal. Foresatte er ønsket deltagende til å kjøre og være «vakter». Her ønsker vi og vil etterstrebe at ungdommen får eierskap og er med på å utforme tiltakene. For å

initiere starten av dette søker vi om støtte til oppstart, drift og evaluering av det første året, samtidig som vi oppfordrer kommunene til videre drift om evalueringen tilsier det. Folkehelserådgiverne vil bidra inn i arbeidet.

## Evaluering

Det har vært en løpende dialog mellom den interkommunale folkehelsekoordinatoren som har hatt forprosjektet og Folkehelsegruppa i Hallingdal og daglig leder i Hallinghelse. Midtveisevaluering med Folkehelsegruppa i Hallingdal og daglig leder i Hallinghelse, hvor Koordinator for Trygg oppvekst, og Læring og mestring Ung også var deltagende. Evalueringsarbeidet var ønsket gjennomført i samråd med representanter fra barn og unge. Grunnet nyvalg høsten 2023 og utsettelse av Ungdommens Hallingting i januar 2024 var dette svært utfordrende å få til.

Sluttevaluering ble gjennomført med Folkehelsegruppa i Hallingdal og daglig leder i Hallinghelse, og Folkehelsegruppa er godt fornøyd med oversikten, og mener den gir et godt bilde av eksisterende tilbud i Hallingdal. I etterkant av denne vurderingen ble det videre drøftet med relevante fagpersoner og samarbeidspartnere i Hallinghelse.

Evaluering av arbeidsmetoden viser til at det er jobbet strukturert med å møte de aktørene på ulike nivå som treffer ungdom. Det har vært flere treffpunkt, hvor også aktørene selv har fått komme med forslag til tiltak og ønsker for veien videre. Rapporten er bygget opp systematisk med de overordnede aktørene og deretter til på kommunenivå. Folkehelsegruppa anerkjenner at det kan være behov for mer aktiv brukermedvirkning av målgruppa, barn og unge i aldersgruppen 13- 24 år. Det er forståelig at man ikke har kunnet få dyptgående intervjuer og samtaler med disse i den perioden forprosjektet har vært. Det kan være nyttig å vurdere hva slags tiltak man kan bruke for å få målgruppen mer aktivert i prosjektets videre gang.

Evaluering av funn som eksisterende tiltak og erfaringer, og hvilke behov og mangler som ble rapportert viser til at funnene fra SLT, politi og barnevern samsvarer godt med kommunenes egne opplevelser. Uttalelsene og funnene er beskrevet i dybdeintervjuer og teksten ble godkjent av de som har uttalt seg. Dette gir rapporten en god tyngde. Kommunene har svært mange verktøy i verktøykassa samlet sett, men i varierende grad. Det er fremmet ønske om et program som «Kjærlighet og grenser», men i en egen versjon for Hallingdal. Det er kanskje naturlig at dette tilfaller prosjektet Læring og mestring UNG i Hallinghelse. Folkehelsegruppa spiller denne videre til Hallinghelse og LMU. Det er varierende opplevelser fra kommunene med MOT. Effekten av tiltaket beror muligens en del på hvem som har ansvaret for det i alle kommunene og tid til det. Kanskje må man begynne med MOT i tidligere års trinn. MOT-satsningen bør bli stående omtalt i samlede funn, da det er et felles tiltak i alle kommunene.

*Viktig at vi igangsetter prosjekt som vi vet effekten av!*

Det er også viktig med tilbud om faktainformasjon og kunnskapsformidlere som treffer målgruppen ungdom, foreldre og innbyggere for øvrig. Det vil kreve både tid og ressurser i forhold til arrangementer, transport, og sørge for inkluderende tiltak ungdommen selv ønsker. Ungdommen må medvirke i dette arbeidet hvor hensikten er å skape møteplasser. Videre kan vi utfordre regionrådet og kommunene til å ta ansvar i et forebyggende og utjevne perspektiv, ved f.eks. å lage rusfrie arrangement som kan skape felles treffpunkt på tvers av kommunene.

Samlede funn viser til flere områder man kan sette inn økt innsats, vurderingen på mulig aktuelle tiltak ble nøye drøftet og vurdert i evalueringen. Noe er naturlig at andre enn FHGH tar ansvar for og noe kan vi igangsette.

Folkehelsegruppa ønsker videre å ha fokus på:

- 1) Økt fokus på rapporten og avdekte behov
- 2) Folkehelseforum som arrangement med Forprosjektets tema
- 3) Oppfordre kommunene til å igangsette seks rusfrie arrangement i 2025



## Utfordringer og bias i kartleggingsprosessen

Tidsperioden fra forprosjektets start og mulighetsrommet frem til eventuell ny søknadsfrist, satte begrensninger på omfanget av kartleggingen. Videre var tidspunktet etter kommunevalget utfordrende grunnet flere skifter i ulike råd, som f.eks. Ungdomsrådet, dette gjorde medvirkningen sårbar og utfordrende. Da region skulle ha felles Ungdomsråd i slutten av januar var medvirkning innen rekkevidde, men denne ble dessverre utsatt på ubestemt tid. Det var videre planlagt felles møte i Hallingdal for Helse og Omsorgsleder Forum, HOF, og Oppvekstleder Forum, OLF, i februar hvor dette prosjektet stod på agendaen, saken ble på kort varsel avlyst og informasjonsdeling og innspill fra ledergruppen innenfor både helse- og omsorg, og oppvekstetaten utgikk.

Svar responsen har variert og det har ikke vært mulig å etterspørre svar hos alle grunnet tidsrammen. Videre har det ved blitt delt med meg ved anledninger ulike møter og råd som har gjort det mulig å få med mer informasjon av enkelte. Som f.eks. Hemsedal Ungdomsråd, FAU Gol og flere. Her er det ikke vært mulig å behandle alle kommunene likt, men heller hatt fokus på å få med det som har vært mulig og se på helheten samlet til slutt. Dersom tidsrammen hadde vært større kunne man etterspurt det samme i hver kommune. Vurderingen har vært å sørge for kontakt med kommunenes avdelinger innenfor skole og oppvekst, og psykisk helse og rus. Dette er gjort etter å ha søkt på kommunenes hjemmesider etter hvem som innehar de ulike stillingene, samt «snøball» metoden, ved at man får tips om kontaktpersoner underveis i prosessen. Dessverre har ikke alle vært tilgjengelige grunnet fravær, stor arbeidsbelastning eller ikke oppdatert informasjon på nett. Ønskelig skulle vi gjerne hatt muligheten til å få med folkehøyskoler, alle videregående skoler, andre avdelinger og mer ifra frivillige lag og organisasjoner, men da måtte det vært et mye større prosjekt.

Ulikheter i avdekte tiltak, og tiltak som ikke er kommet med i kartleggingen, kan også skyldes hva informantene og bidragsyterne selv anser som rusforebyggende og helsefremmende tiltak i dette øyemed. Det er allikevel etterstrebet å stille spørsmål som avdekker heller mer enn for lite av tiltak, erfaringer og behov hos alle. Ved kontakt og kartlegging av alle 6 Hallingdalskommunene har undertegnede personlig kjennskap til noen av kommunene bedre enn andre kommuner, dette kan ha påvirket innsamlingen av informasjon både i kommunene med godt kjennskap og de med mindre. Man kan også både overse og ta for gitt enkelte tiltak og aktiviteter i godt kjente kommuner fordi de er kjente fra før. I Forprosjektet har det vært fokus på å få med det informantene og bidragsyterne har kommet med, og kontrollsjekket dette mot innspill fra de i etterkant eller ved referat sjekk, som et tiltak for å motvirke bias. Samt har jeg etterstrebet å ikke påvirke med mine egne personlige synspunkter og meninger inn i kartlegging og informasjonsinnhenting. Man kan allikevel ikke se bort fra bias.

## Informasjon og bidragsytere

Pål Mikkelerud, Politikontakt og pårørendekontakt for alle kommunene i Hallingdal, Camilla S. Joranger, leder i Hallingdal Barnevern, Ole Reidar Lågrinn, SLT-koordinator i Hallingdal, Bente Bråten, OT-rådgiver i Hallingdal, Norunn Rivedal og Guro Dokk, Ungdomsloser (tilhører skolehelsetjenesten ved Gol og Ål videregående skole), Anita Ulsaker, rektor ved Gol vgs., Anita Kverndal Veslegard, rådgiver ved Gol vgs., Hege Nymoen, miljøarbeider ved Gol vgs., Siv Merethe Røren Glesne, Ledende helsesykepleier ved Flå Helsestasjon og Psykisk helse for barn og ungdom, Tone Merete Bråten, helsesykepleier ved Flå skole, Guro Bottolfs Thalerud, rektor ved Flå skole, og Martha Gaptjern, MOT koordinator og coach i Flå, Halvor Lilleslett, Kommunalsjef Oppvekst i Gol, Morten Lien, rektor ved Gol skole, Birgit Engene, avdelingsleder 8.-10. trinn ved Gol skole, Morten Svensgård, avdelingsleder 4.-7.trinn ved Gol skole, Karl Frederik Sjølie, sosiallærer og MOT ansvarlig ved Gol skole, Nic Eilertsen, områdeleder Psykisk Helse og rus i Gol, Foreldrerådets arbeidsutvalg, FAU, 1.-10.trinn ved Gol skole, Kristin Eskildt Hølto, helsesykepleier i Familien Hus i Hemsedal, Marry Mestvedthagen Viljugrein, helsesykepleier i Familien Hus i Hemsedal, Christin Wangen Sjølie, leder i Helsehuset Hemsedal, Ellen Wang Fredriksen, rektor ved Hemsedal barne- og ungdomsskole, Marianne Ødegård Muller, sosiallærer ved Hemsedal barne- og ungdomsskole, Hemsedals Ungdomsråd, Hege Jacobsen Austheim, leder i Hemsedal Idrettslag, Kari Plejdrup-Skillestad, i Frivilligsentralen for barn og unge Hemsedal og BUA, Ann Kristin Trillhus, fagansvarlig helsesykepleier og gruppeleder ved Helsestasjonen i Hol kommune, og helsesykepleier ved NTG, Karoline Kolsrud, helsesykepleier ved 8.-10.trinn ved Hol ungdomsskole, Hilde Sletta Solhaug, rektor i Hol kommune, Live Ragne Berg, folkehelsekoordinator i Hol kommune, Gunhild Ween Helberg, leder Familiens Hus i Nesbyen, Tove Moen, fagleder Psykisk helse barn og unge i Nesbyen, Karin/ Carolina Maria Overtoom, MOT coach og Ungdomslos på Nesbyen Skole, Hanne Holm Høva og kolleger ved Psykisk Helse og rusomsorg i Nesbyen, Magnhild Medgard Skår, Folkehelserådgiver i Nesbyen kommune, Ingeborg Frydenlund, leder i Familiens hus i Ål, Ann Beate Øyre Bjørnsen, Ungdomskonsulent og Ungdomslos i Ål kommune, Gjermund Flaget, rektor ved Ål ungdomsskole, Stine Øynebråten Etterlid, spesialpedagog og miljørettleder ved Ål ungdomsskole, Maj Britt Luksengard, helsesykepleier ved Ål ungdomsskole, Bettina Langenes Efstad, Koordinator for Trygg oppvekst i Hallinghelse, Anders Mastrup, daglig leder i Hallingdal Fotballklubb.

*«Fint at Folkehelsegruppa i Hallingdal sett fokus på rusforebyggende arbeid med forprosjekt.»*

## Referanser

Asker kommune (2021). *Å snakke om rus! Helhetlig og systematisk arbeid i møte med ungdom og deres foresatte*. Tilsendt på etterspørsel.

Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. [Foreldreveiledning i grupper \(ICDP\) | Bufdir](#)

Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. Hentet den 12.02.24 fra [Kjærlighet og grenser | Bufdir](#)

Bjørknes, Ragnhild & Kuposov, Roman & Eng, Helene. (2021). Kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket: Kjærlighet og Grenser (3. utg.). Ungsinn. Tidsskrift for virksomme tiltak for barn og unge. 13. 10.7557/25.7122.

[https://www.researchgate.net/publication/372869217\\_Kunnskapsoppsummering\\_og\\_klassifisering\\_av\\_tiltaket\\_Kjaerlighet\\_og\\_Grenser\\_3\\_utg](https://www.researchgate.net/publication/372869217_Kunnskapsoppsummering_og_klassifisering_av_tiltaket_Kjaerlighet_og_Grenser_3_utg)

FHI, 2023. [Kommunehelse statistikkbank](#). Bruk av cannabis.

Flå kommune (2018). Plan for psykisk helsearbeid og rusarbeid i Flå kommune 2018-2021. Hentet fra hjemmesiden 24.11.23 [plan for psykisk helsearbeid og rusarbeid \(flaa.kommune.no\)](#)

FNs bærekraftsmål (2015). [Bærekraftsmålene - UN Global Compact Norway](#)

Folkehelseloven, 2011. <https://lovdata.no/lov/2011-06-24-29>

Helsedirektoratet (2017). Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom [nettdokument]. Oslo: Helsedirektoratet (sist faglig oppdatert 30. juni 2023, lest 09. november 2023). Tilgjengelig fra <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/helsestasjons-og-skolehelsetjenesten>

Helsedirektoratet (2023). Nasjonal veileder for psykisk helsearbeid barn og unge [nettdokument]. Oslo: Helsedirektoratet (siste faglige endring 24. oktober 2023, lest 04. februar 2024). Tilgjengelig fra <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/psykisk-helsearbeid-barn-og-unge>

Helse- og omsorgstjenesteloven (2011). Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m., § 3-3. Helsefremmende og forebyggende arbeid. <https://lovdata.no/lov/2011-06-24-30>

Hemsedal Frivilligsentral (2024). Hentet fra <https://hemsedal.frivilligsentral.no/>

Kunnskapsdepartementet (2017). Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020.

<https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/tverrfaglige-temaer/folkehelse-og-livsmestring/>

Malmberg-Heimoen, Ira; Bråthen, Magne; Frøyland, Kjetil; Spjelkavik, Øystein; Tøge, Anne Grete. (2024) Arbeidsforskningsinstituttet AFI ved OsloMet. AFI-rapport 2024:01. ISBN 978-82-7609-473-2 ISSN 2703-836X. Arbeidsforskningsinstituttet AFI, OsloMet – storbyuniversitetet, 2024. Hentet fra <https://hdl.handle.net/11250/3111666>

MOT. [MOT styrker ungdoms robusthet og livsmestring | MOT.no](#)

Patton, G., Olsson, C., Skirbekk, V. et al. (2018). Adolescence and the next generation. *Nature* 554, 458–466 (2018). <https://doi.org/10.1038/nature25759>

Sandvik, M. R., Bakken, A., & Loland, S. (2018). Anabolic-androgenic steroid use and correlates in Norwegian adolescents. *European journal of sport science*, 18(6), 903–910. <https://doi.org/10.1080/17461391.2018.1459869>

Sex og samfunn (2022). Hentet fra [Sex og samfunn - FRIHET FRA SKAM - FRIHET TIL Å VELGE](#)

St. Meld. 15. (2022-2023) Melding til Stortinget. [Folkehelsemeldinga.](#)

Traasdahl, Maria; Sandoval, Simón. (2023). Halogen. [https://doga.no/globalassets/dokumenter/filer/kartlegging-2023\\_halogen\\_malrettet-samfunnsoppdrag.pdf](https://doga.no/globalassets/dokumenter/filer/kartlegging-2023_halogen_malrettet-samfunnsoppdrag.pdf)

Trygg oppvekst i Hallingdal (2024). Hallinghelse. Hentet fra [Forside - Tryggoppvekst i Hallingdal \(tryggoppveksthallingdal.no\)](#)

Ungdata (2021). Hentet fra [Rapporter - Ungdata.](#)

Verdensdagen for psykisk helse. Koordinert av Mental Helse på oppdrag fra Helsedirektoratet. Hentet fra [Forsiden | Verdensdagen for psykisk helse](#)

Windjammer. [Front page - en ny start for deg som er ung og klar for det! \(windjammer.no\)](#)

Yu, B., von Soest, T. & Nes, R.B. (2024). Do Municipal Contexts Matter for Adolescent Mental Health? A Within-Municipality Analysis of Nationwide Norwegian Survey Data Across Six Years. *Res Child Adolesc Psychopathol* 52, 169–182 (2024). <https://doi.org/10.1007/s10802-023-01123-3>