



Nikotin- og rusmiddel- politik

- for elever på
ungdomsuddannelser
i Aalborg Kommune

Denne politik er udarbejdet
i 2025 og er gældende på
tværs af ungdomsuddannelser
i Aalborg Kommune.

Indledning

Det er forbundet med mange forventninger at begynde på en ungdomsuddannelse. Det kan være forventninger til undervisningen, studiemiljøet eller det sociale fællesskab på skolen, men også til fester og andre sociale arrangementer.

Mange unge har en bestemt forestilling om, hvordan kulturen på en ungdomsuddannelse er, og vi ved, at mange unge får deres alkoholdebut eller debut med nikotinprodukter, når de begynder på en ungdomsuddannelse. Vi ved også fra Ungeprofilundersøgelsen i Aalborg Kommune, at mange unge oplever, at alkohol fylder for meget, og at flere og flere unge dermed fravælger sociale fællesskaber. Det vil vi gerne medvirke til at ændre. En fælles nikotin- og rusmiddelpolitik på tværs af ungdomsuddannelserne i Aalborg Kommune skal derfor bidrage til at sætte rammerne for nikotin, alkohol og andre rusmidler for eleverne.

Tal fra Ungeprofilen

- 39 % af de unge på ungdomsuddannelserne i Aalborg Kommune har sagt nej til at deltage i sociale aktiviteter, fordi de ikke har lyst til at drikke alkohol
- 15 % af de unge på ungdomsuddannelserne i Aalborg Kommune oplever, at alkohol fylder for meget på deres skole (f.eks. i forbindelse med fester, fredagsbarer, introture, studieture og samtalen generelt)
- 17 % af de unge på ungdomsuddannelserne i Aalborg Kommune er kommet alvorligt til skade fordi de havde drukket alkohol
- 28 % af de unge på ungdomsuddannelserne i Aalborg Kommune har haft ubeskyttet sex fordi de havde drukket alkohol

Energidrikke

Energidrikke er læskedrikke med et højt indhold af koffein, som ofte indeholder mere sukker end sodavand.

Unge tåler højst en lille mængde energidrik om dagen (25 cl), og kun hvis de ikke får koffein fra cola, kaffe eller te. På grund af sukkerindholdet anbefaler Fødevarestyrelsen dog, at unge max drikker 0,5 liter energidrik eller andre sukkerdrikke om ugen.

Anbefalingen er, at der ikke indtages sodavand eller energidrik i undervisningen.

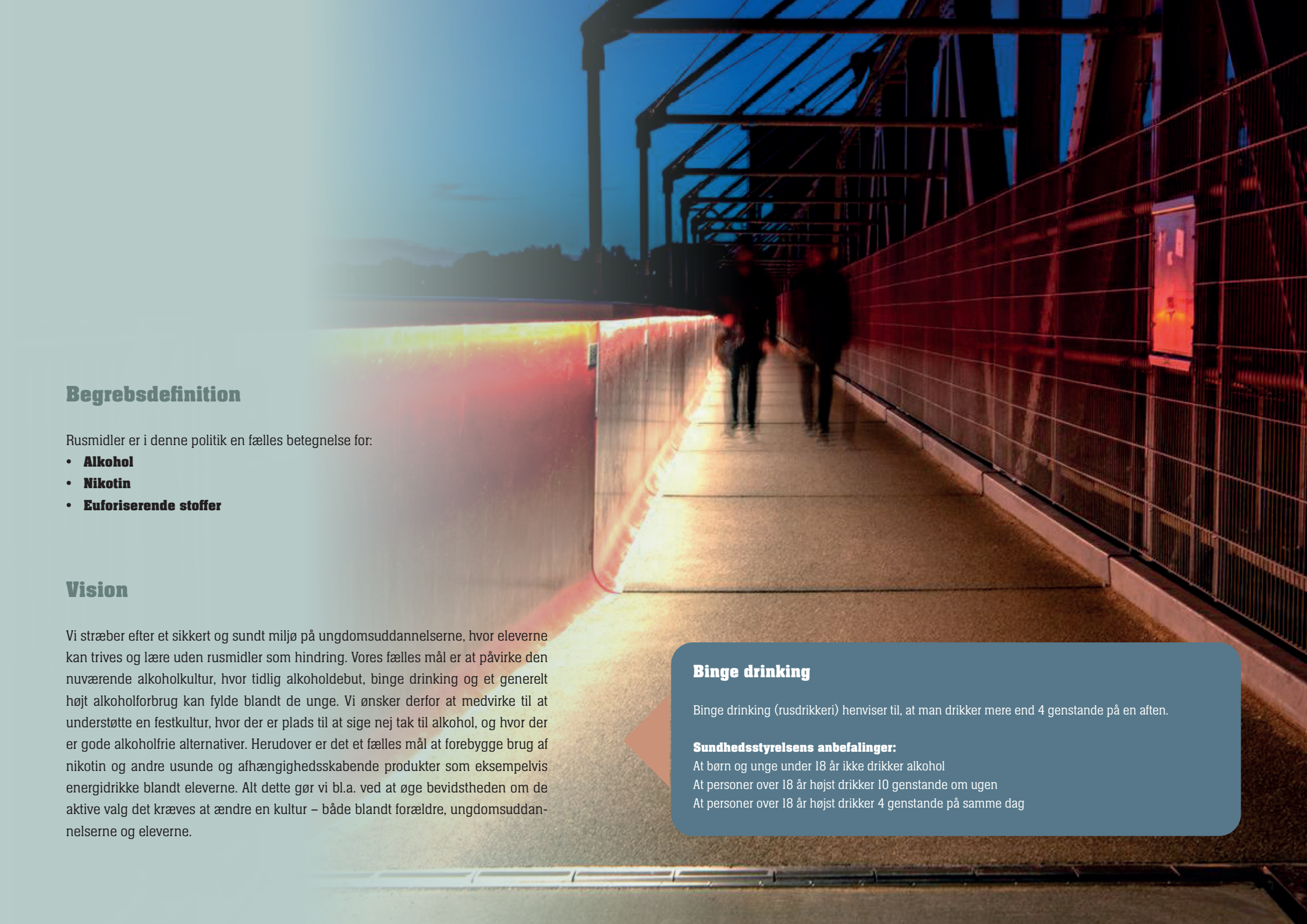
Energidrikke og alkohol – en dårlig cocktail

Du bør være tilbageholdende med at drikke en kombination af energidrikke og alkohol. Årsagen er, at energidrikke kan camouflere alkoholens virkning, så du derfor ikke opfatter, hvor alkoholpåvirket du i virkeligheden er.

Vi har et fælles ansvar for at sikre vores elever de bedst mulige betingelser for læring, trivsel og personlig udvikling. Det indebærer blandt andet et trygt og inkluderende festmiljø, hvor indtagelse af alkohol ikke bliver et kriterie for at deltage, ligesom indtagelse af euforiserende stoffer aldrig er tilladt. Vi har derfor fastlagt en række fælles retningslinjer for alkohol, nikotinprodukter og andre rusmidler, som gælder elever, der går på en ungdomsuddannelse i Aalborg Kommune.

Formålet med denne politik er at skabe sunde og trygge rammer, der kan medvirke til, at unge får et mere bevidst og ansvarligt forhold til egen sundhed og trivsel og herunder brug af nikotin, alkohol, energidrikke og andre rusmidler. Klare rammer og retningslinjer medvirker ligeledes til at skabe tryghed for både elever, forældre og ansatte.

Med denne fælles politik vil elever på ungdomsuddannelser i Aalborg Kommune møde de samme overordnede retningslinjer.



Begrebsdefinition

Rusmidler er i denne politik en fælles betegnelse for:

- **Alkohol**
- **Nikotin**
- **Euforiserende stoffer**

Vision

Vi stræber efter et sikkert og sundt miljø på ungdomsuddannelserne, hvor eleverne kan trives og lære uden rusmidler som hindring. Vores fælles mål er at påvirke den nuværende alkoholkultur, hvor tidlig alkoholdebut, binge drinking og et generelt højt alkoholforbrug kan fylde blandt de unge. Vi ønsker derfor at medvirke til at understøtte en festkultur, hvor der er plads til at sige nej tak til alkohol, og hvor der er gode alkoholfrie alternativer. Herudover er det et fælles mål at forebygge brug af nikotin og andre usunde og afhængighedsskabende produkter som eksempelvis energidrikke blandt eleverne. Alt dette gør vi bl.a. ved at øge bevidstheden om de aktive valg det kræves at ændre en kultur – både blandt forældre, ungdomsuddannelserne og eleverne.

Binge drinking

Binge drinking (rusdrikkeri) henviser til, at man drikker mere end 4 genstande på en aften.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger:

At børn og unge under 18 år ikke drikker alkohol

At personer over 18 år højst drikker 10 genstande om ugen

At personer over 18 år højst drikker 4 genstande på samme dag



Rammer og retningslinjer

Det er ikke tilladt at medbringe, indtage eller være påvirket af alkohol, nikotin eller andre rusmidler i forbindelse med skolegangen. Fester, arrangementer og introture som er arrangeret af skolerne eller tutorer er helt alkoholfrie til 1. oktober. Reglerne gælder det tidsrum, hvor elever, ansatte og gæster deltager i planlagte aktiviteter på ungdomsuddannelserne.

Skolen kan dispensere fra retningslinjerne i forhold til alkohol i forbindelse med elevfester og lignende arrangementer, såfremt:

- Arrangementet afholdes under trygge og inkluderende rammer, hvor der er adgangskontrol og medarbejdere til stede.
- Der ikke udskænkes drikkevarer med en alkoholprocent på over 5 %, og at der ikke udskænkes alkohol til stærkt berusede elever. Der kan til galla-/afslutningsfest dispenseres i forhold til servering af vin.
- Elever, der er stærkt beruset eller påvirket af andre rusmidler end alkohol tages ind til observation, og forældrene kontaktes.
- Der kan købes billigere alkoholfrie alternativer, ligesom det tilstræbes, at der er alkoholfrie områder centralt placeret til festen – gerne med mulighed for alternative aktiviteter. Vand er altid gratis til festerne.
- Der ikke reklameres for alkohol, drikkekonkurrencer eller på anden måde opfordres til fuldskabsorienteret drikkeri. Dette gælder både fysiske reklamer på skolen samt reklamer på de sociale medier.

Siden 2021 har alle landets ungdomsuddannelser haft nikotinfri skoletid, hvilket betyder at hverken elever, ansatte eller gæster må ryge, dampe eller bruge snus på ungdomsuddannelserne – hverken på eller udenfor matriklen.

Nikotinprodukter:

Nikotinprodukter er en samlet betegnelse for mange forskellige produkter, som alle indeholder nikotin og dermed er stærkt afhængighedsskabende. Det kan eksempelvis være snus, nikotinposer, tyggetobak, puff bars, e-cigaretter og vapes.

Euforiserende stoffer er aldrig tilladt, og eleverne kan opleve, at skolen sikrer overholdelse af narkotikaloggivningen ved hjælp af tiltag som eksempelvis stoftests og narkohunde. Dette forbud gælder også stoffer, som ikke falder ind under narkotikaloggivningen, men som indtages med det formål at opnå en rusvirkning (fx lattergas). Det er forbudt at sælge euforiserende stoffer, medicin, puffbars eller lignende.

Studieture

Studieture er alkoholfrie for alle, dvs. både elever og lærere. Dette gælder både studieture, ekskursioner og øvrige elevarrangementer uden for skolen.

Sanktioner ved overtrædelse

Ved overtrædelse af rammer og retningslinjer henvises der til skolens studie- og ordensregler.

Fælles ansvar

Uddannelsesinstitution

Skolen forpligter sig via denne rusmiddelpolitik til at opstille rammer for nikotinfri skoletid, et sundt fest- og studiemiljø og til at sikre, at eleverne overholder retningslinjerne. Den enkelte uddannelsesinstitution har ansvaret for at sikre, at alle elever, forældre, tutorer, ansatte mv. bliver orienteret om indholdet i rusmiddelpolitikken. Rusmiddelpolitikken er medvirkende til at kvalificere det løbende samarbejde mellem skolen og de forebyggende instanser i Kommunen herunder Sund Ung og Rusmiddelaftsnettet.

Elev

Det forventes, at elever der går på en ungdomsuddannelse i Aalborg Kommune, har kendskab til og lever op til rusmiddelpolitikken retningslinjer, og at de derved bidrager til at skabe et miljø på skolen, hvor en sund festkultur og det gode studiemiljø går hånd i hånd.



Forældre

Det er vigtigt, at forældre bakker op om de fælles retningslinjer i rusmiddelpolitikken og er tydelige omkring deres holdninger til nikotin, alkohol, energidrikke og euforiserende stoffer. Det er generelt vigtigt, at forældre tager aktive valg, hvad angår deres børns brug af alkohol, nikotin, energidrikke mv., ligesom det er vigtigt, at forældre som rollemodeller går forrest med et godt eksempel. Eksempelvis kan forældre tilstedeværelse til forfester og tydelige holdninger til de unges brug være med til at understøtte en sund festkultur blandt unge.

- Forældre er en beskyttende faktor og har en stor betydning i forhold til deres børns brug af alkohol og andre rusmidler. Der ses dog en tendens til, at mange forældre i Danmark tror, at de ikke længere har en betydningsfuld rolle, når barnet bliver teenager. Forældre skal derfor have viden om og være bevidste om deres betydning, også når barnet bliver teenager.
- Undersøgelser viser, at unge drikker senere og mindre og bruger færre andre rusmidler, hvis:
- Forældre ved, hvor den unge er, og kender vennerne.
- Forældre og den unge har en tæt og tillidsfuld relation.
- Forældre og den unge har en god dialog og laver aftaler om alkohol og andre rusmidler.
- Forældre udviser tydelige holdninger mod alkohol og andre rusmidler.
- Forældre bruger tid sammen med deres børn.
- Forældre kender og snakker med de andre forældre.

Kommune

Aalborg Kommune arbejder sundhedsfremmende og forebyggende med afsæt i Sundhedsstyrelsens anbefalinger og forebyggelsespakker. Ungdomsuddannelserne samarbejder med Aalborg Kommune om generel forebyggende undervisning samt om tilbud til elever med et problematisk forbrug af rusmidler. Medarbejdere fra Rusmiddelaftsnettet samt sundhedsplejersker fra Sund Ung står desuden til rådighed for sparring og rådgivning til medarbejdere, ledere, forældre og de unge.

Opfølgning

Uddannelsesinstitutionerne laver i samarbejde med Aalborg Kommune en fælles årlig opfølgning på rusmiddelpolitikken.





Handleplan - Nikotin

Viden eller mistanke om, at en elev bruger nikotin i skoletiden

Eleven tilbydes en samtale med Sund Ung

Elev henvender sig til lærer eller Sund Ung ift. eget nikotinformbrug

Afklarende samtale med Sund Ung

Nikotinstopforløb

4-6 mødegange, som foregår i skoletiden med lovligt fravær

Kan foregå individuelt, i grupper, digitalt eller via telefon

I visse tilfælde mulighed for gratis nikotinsubstitution i forbindelse med deltagelse i stopforløb

Kontakt Sund Ung

Maria Qvistgaard: 31 99 00 34 • Katrine Thorsen Helenius: 31 99 56 80

Handleplan - Rusmidler





TECHCOLLEGE



Aalborg City
Gymnasium

AALBORG
TEKNISKE
GYMNASIUM

 Nørresundby
Gymnasium & HF

AMU  Nordjylland

 Aalborg Handelsskole



AALBORG
FGU
FORBEREDENDE GRUNDUDDANNELSE

 **HF&VUC
NORD**

SØSU NORD
UDDANNELSE I LIVSKVALITET

 **NORDJYLLANDS**
Landbrugsskole
Lundbæk