

Handlingsplan for en rusfri Bjørkelangen videregående skole



Innhold

MÅL FOR HANDLINGSPLANEN	4
FOREBYGGENDE ARBEID	4
ÅRSHJUL – FOREBYGGENDE ARBEID	5
RUTINER VED BEKYMNING FOR ELEVENS RUSVANER.....	6
RUTINER VED MISTANKE OM AT ELEV ER RUSET I SKOLETIDEN.....	7
RUTINER VED KJØP OG SALG AV RUSMIDLER PÅ SKOLEN	7
RESSURSER	8
VEDLEGG 1 – FOR ELEVER: TIPS TIL HVA DU KAN GJØRE SOM BEKYMRET MEDELEV	9
VEDLEGG 2 – FOR ANSATTE: TIPS TIL ELEVSAMTALEN VED BEKYMNING VEDRØRENDE RUS.....	10
VEDLEGG 3 – FOR ANSATTE: TIPS TIL OBSERVASJON AV ELEVER VED MISTANKE OM RUSBRUK	11

Forord

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

Gjennom positive tiltak hvor alle blir sett og tatt vare på er det et mål å styrke elevenes sosiale kompetanse slik at de er i stand til å ta gode valg når de står ovenfor utfordringer relatert til rus. Da både bruk, kjøp og salg, og bekymring rundt eget eller andres rusbruk.

Skoleledelsen har det øverste ansvaret for arbeidet med bekjempelse av rusmisbruk, men for å lykkes må alle ta ansvar – både elever, ansatte og foreldre.

På Bjørkelangen sier vi at vi skaper veien mot voksenlivet slik:

FORESATT
Din ungdom er
vårt felles ansvar

ELEVEN
Bli så god som bare du
kan bli på ditt beste

ANSATT
Faglig fokus i et
begeistrende miljø

SAMFUNNET
Sammen former
vi framtida

Rus i denne handlingsplanen er forstått som:

Alkohol, illegale rusmidler, medikamenter og dopingmidler.

Behandlet av skolens ledelse, elevrådet, verneombud og miljøveileder.

Bjørkelangen 17.12. 2025.

Neste revisjon: Innen utgangen av august 2026.

Mål for handlingsplanen

Hovedmål:

Bjørkelangen videregående skole skal ha et rusfritt skolemiljø.

Delmål:

Skolen jobber forebyggende med holdninger; bevisstgjøring av valg gjennom støtte fra voksne og medelever, og jobber for å motvirke at elever skal få problemer relatert til bruk av rus. Dette innebærer tiltak for å fange opp enkeltelever som vekker bekymring vedrørende bruk/salg/kjøp av rusmidler.

Forebyggende arbeid

Bjørkelangen videregående skole er en av kommunens flere rusforebyggende arenaer og hovedmålet med skolens rusforebyggende arbeid er å hindre utbredelse av rus, styrke elevenes kunnskap og holdninger relatert til rusbruk. Rusforebyggende arbeid har en klar forankring i den overordnede læreplanen (folkehelse og livsmestring) hvor det vektlegges gode og trygge oppvekstvilkår for alle. I den forbindelse ser vi rusproblematikk i en større helse- og samfunnsmessig sammenheng.

Det holdningsskapende arbeidet bygger på skolens kjerneverdier:

- Ambisjon og trygghet
- Dristighet og disiplin
- Moderne og ujålete

Arbeidet med å utvikle sosial kompetanse foregår gjennom hele opplæringen og i alle skolens læringsarenaer. En del av det rusforebyggende arbeidet i videregående skole vil være å hjelpe elever som opplever problemer. Rusforebyggende arbeid er også viktig med tanke på å hindre drop-out.

Hvordan å lese og arbeide med skolens rutiner i denne handlingsplanen

Innen alle emner begynner man på tiltaksnummer 1 og jobber seg ned ut fra behovet for situasjonen/hendelsen.

Årshjul – forebyggende arbeid

	Tiltak:	Ansvar (uthevet og understreket er hovedansvarlig):
Hele året	Skolens ansatte skal ha kunnskap om rus, rus symptomer og rusproblematikk hos ungdom og skal være trygge voksenpersoner i møte med elever som har utfordrende erfaringer med rus.	<u>Ledelsen</u> og miljøveileder
	Samarbeid med Aurskog-Hølands instans for Samordning av Lokale rus- og kriminalitetsforebyggende Tiltak (SLT).	<u>Rektor</u> og miljøveileder
Ved skolestart	Handlingsplanen tas opp med de ansatte.	<u>Ledelsen</u>
	Gjennomgang av skolens rusplan og skoleregler.	<u>Kontaktlærer</u>
	Opplyse elevene om skoleregel § 8p.	<u>Kontaktlærer</u>
Høsten	Handlingsplan tas opp i elevrådet på høsten slik at elevrådsrepresentantene gjøres godt kjent med denne og er formidlere av denne inn i egne klasser. Tas også opp i Skoleutvalget.	<u>Ansvarlig for elevrådet i ledelsen</u> og elevrådsveileder
	Samtaler og klassediskusjoner om tema rus i elevens time.	<u>Kontaktlærer</u> /samarbeid andre faglærere
	Foreldre informeres på foreldremøte om skolens arbeid med rus og rusforebygging.	<u>Rektor</u> miljøveileder, Helsestasjon for ungdom og/eller politi
	Rus som tema er en fast del av VIP på VG1 trinnet (Veiledning i psykisk helse for ungdom).	<u>Elevtjenesten og kontaktlærer</u>
	Markere verdens overdosedag.	<u>Miljøveileder og ledelsen</u>
Våren	"Temamøte for russeren". Rus er et gjennomgående tema.	<u>Ansvarlig for russeren i ledelsen</u> Miljøveileder, skolehelsetjenesten, Statens vegvesen og politiet

Rutiner ved bekymring for elevens rusvaner

Tiltaknr.	Tiltak:	Involveres:	Ansvarlig:
1	Dersom man har bekymring rundt en elevs rusvaner meldes bekymringen til kontaktlærer, miljøveileder.	Den som eier bekymringen (medelever, ansatte ved skolen og foresatte)	Alle
2	Miljøveileder gjennomfører kartleggingssamtale, og har samtale med kontaktlærer, dersom elev er under 18 år kontaktes foresatte.	Miljøveileder	Miljøveileder
3	Kontaktlærer kaller inn til klasselærermøte ved behov. Avdelingsleder, miljøveileder og klassens faglærere informeres.	Kontaktlærer, avdelingsleder, miljøveileder og klassens faglærere	Kontaktlærer
4a	Ved innrømmelse av misbruk: Innkalle foresatte til møte v/under 18 år/oppfordre til å orientere foresatte hvis eleven er over 18 år. Informere om muligheten for hjelp/oppfølging fra fagpersoner som Utekontaktene, Helsestasjon for ungdom, BUP/DPS, barnevern, fastlege evt. Politiet. Klargjøre konsekvenser.	Kontaktlærer, miljøveileder, (foresatte,) elev, avdelingsleder Miljøveileder / helsesykepleier Miljøveileder / helsesykepleier, avdelingsleder evt. i samarbeid med politiet	Kontaktlærer, avdelingsleder Miljøveileder Miljøveileder og avdelingsleder
4b	Uten innrømmelse: Observasjonsperiode (1-2 uker). Nytt klasselærermøte. Miljøveileder foretar en bekymringssamtale med eleven*. Foresatte varsles eller innkalles til møte der eleven er under 18 år. Vurdere bekymringsmelding til barnevernet om elev er under 18 år. Sette opp avtale for oppfølging.	Alle lærere/andre som er involvert i klassen Kontaktlærer, avdelingsleder, miljøveileder og faglærere Miljøveileder, elev Kontaktlærer/ miljøveileder/ avdelingsleder, foresatte Kontaktlærer/ miljøveileder/ avdelingsleder Miljøveileder	Kontaktlærer Kontaktlærer Miljøveileder Kontaktlærer, avdelingsleder/miljøveileder Miljøveileder, avdelingsleder Miljøveileder

*Se vedlegg 1, 2 og 3

Rutiner ved mistanke om at elev er ruset i skoletiden

Tiltaknr.	Strakstiltak:	Involveres:	Ansvarlig:
1	Ved mistanke om at en elev er ruset på skolen, tar den som fatter mistanke kontakt med miljøveileder.	Alle (medelever, ansatte ved skolen og foresatte)	Alle
2	Eleven observeres og tas inn til samtale. Den som oppdaget eleven bør være til stede (hvis flere elever, en av gangen). Foresatte innkalles til møte dersom eleven er under 18 år.	Miljøveileder, avdelingsleder og kontaktlærer / faglærer Kontaktlærer, miljøveileder, foresatte	Miljøveileder Kontaktlærer, avdelingsleder
3	Ved synlig rus/innrømmelse, bortvises eleven for resten av dagen og foresatte innkalles til møte dersom eleven er under 18 år. Skolen vurderer å involvere politiet.	Ledelsen, foresatte og evt politi	Rektor
4	Oppfølgingssamtale med tilbud om videre hjelp.	Miljøveileder, kontaktlærer, helsesykepleier evt. annet hjelpeapparat	Miljøveileder

Rutiner ved kjøp og salg av rusmidler på skolen

Tiltaknr.	Tiltak:	Involveres:	Ansvarlig:
1	Dersom det oppdages en situasjon med kjøp/salg (evt. besittelse) av rusmidler på skolen, ta kontakt med skolens ledelse eller miljøveileder umiddelbart.	Alle (medelever, ansatte ved skolen og foresatte)	Alle
2	Samtale med den/de som er innblandet i situasjonen. Foresatte innkalles til møte dersom eleven er under 18 år.	Rektor, avdelingsleder og miljøveileder	Rektor, miljøveileder
3	Politiet kontaktes Klargjøre konsekvenser (anmeldelse/bortvisning).	Rektor, avdelingsleder, politiet	Rektor
4	Oppfølging i henhold til skolereglene.	Ledelsen	Avdelingsleder
5	Opprette eventuell sak.	Politiet	Politiet
6	Oppfølgingssamtale med tilbud om videre hjelp.	Miljøveileder, kontaktlærer, helsesykepleier, politiet evt. eksternt hjelpeapparat	Miljøveileder

Ressurser

På skolen:

Kontaktlærer, Miljøteamet, helsesykepleier og Helsestasjon for ungdom.

Utenfor skolen:

Helsestasjon for ungdom/Ung Helse (HFU): 63 85 26 92

Politiet: 02800

Barneverntjenesten: 63 85 25 00 (dagtid Aurskog-Høland kommune) / 64 99 32 70 (barnevernvakten Romerike politidistrikt Lillestrøm)

Utekontaktene Hedda Skofsrud Lier: 47 48 99 14/ Tine Enger: 93 26 19 60

Psykisk helse og avhengighet (for de over 18 år) telefontid: kl. 08—15.30: 67 96 50 00

Legevakt: 116 117

Fastlege

Hjelpetelefoner:

Rustelefonen: 08588

Dopingtelefonen: dopingtelefonen.no

Nyttige nettsider:

[Snakk om rus](#)

ungsinn.no

[Helsedirektoratet – Psykisk helse og rus](#)

[Rustelefonen](#)

[Kompetansesenter rus](#)

[Hjem-skole-samarbeid](#)

Vedlegg 1 – For elever: Tips til hva du kan gjøre som bekymret medelev

Er du bekymret for, eller vet, at en medelev ruser seg kan du fortelle han/henne at du er bekymret for det vedkommende holder på med. Handlingen din viser at du bryr deg og er en venn som vil det beste. Dersom medeleven din synes det er greit å snakke med deg om dette, kan du for eksempel spørre om de positive og negative sidene de selv ser ved rusbruken. Det viktigste er å bygge motivasjon til å slutte, og dette kan være ett skritt på veien til å bli mer bevisst. Trenger du råd/veiledning i forhold til dette kan du ta kontakt med elevtjenesten.

Det er viktig å ikke ta ansvar for at medeleven skal endre på sitt rusbruk, men heller gi tips om hva hun/han kan gjøre. Opplys om at han/hun kan ta kontakt elevtjenesten, helsestasjon for ungdom eller fastlegen sin.

- Er du bekymret for at en medelev er ruset på skolen, meld bekymringen til kontaktlærer eller elevtjenesten.
- Oppdager du en situasjon med kjøp/salg (evt. besittelse) av rusmidler på skolen, ta kontakt med en ansatt på skolen.
- Du skal vite at du kan være anonym med tanke på å dele din bekymring med voksen. Ditt navn skal ikke brukes videre når skolen tar opp bekymringen med din medelev, om du ikke selv ønsker det.

Er dette noe du kjenner igjen fra bekymringen?

- Endret atferd som innebærer:
 - rastløshet, aggressivitet
 - unormal oppstemthet, forvrengning av sanseinntrykk
 - kritikkløshet / risikoatferd
 - tretthet, sløvheter, nedsatt reaksjonsevne
 - manglende konsentrasjon, dårlig hukommelse
 - rødhet i øynene, pupillstørrelse og munntørrehet
 - skulk / fravær
 - dårligere hygiene og fysisk form
 - endret vennekrets
- Endringer i klassemiljøet, f.eks. økt konfliktnivå/motsetning i klassen eller at penger og verdier forsvinner.

Vedlegg 2 – For ansatte: Tips til elevsamtalen ved bekymring vedrørende rus

- Vær godt forberedt til samtalen. Sett av god tid.
- Det er viktig at samtalen ikke bærer preg av forhør, nysgjerrighet og fordømmelse.
- Vær åpen, det kan være mange årsaker til at en ungdom velger å ruse seg.
- Kontaktlærer bør ikke komme med påstander som ikke kan bevises, på et tidlig stadium.
- Det kan være greit og prate litt “rundt grøten” tidlig i samtalen. Snakk først om fravær, karakterer, skoleprestasjoner, sløvhet, og evt. hvem eleven omgås – konkretiser hva som er observert.
- “Jeg/vi er bekymret for deg” kan være en god vinkling, som viser at vi har omsorg for eleven.

Tilpass samtalen til den enkelte elevs individuelle behov. Målet er at eleven skal føle trygghet og ha tillit til deg.

Kanskje eleven har økende fravær, dårlige (synkende) skoleprestasjoner, er trett/ukonsentrert i timene, kommer mye for sent. Dette er forhold en kan ta tak i, underveis i samtalen. Følgende spørsmål kan stilles eleven:

- Hvordan har du det? (Her sammenholder en med egne/andres observasjoner jfr. punktene ovenfor.)
- Hva er årsaken? Har du selv noen forklaring? (Noe du ikke mestrer? Strever faglig?)
- Har du venner? Nye eller gamle venner? Trivsel på skolen/i klassen?
- Hva gjør dere sammen?
- Hva gjør du på fritiden? (Trener, jobber, spiller?)
- Bor du hjemme eller på hybel? Hvordan er det?
- Har du god kontakt med foreldrene dine/ foresatte?
- Har du noe imot å ta en prat med helsesøster eller evt. noen fra elevtjenesten? (Anmod eleven om å gå til samtale)

Informér eleven om at du uansett vil ta kontakt med miljøveileder for å melde din bekymring. Fortell at du vil fortsette å følge med, og at dere evt. gjentar en slik samtale. Påpek at du gjør dette for å forsikre deg om at det går bra med vedkommende.

Vedlegg 3 – For ansatte: Tips til observasjon av elever ved mistanke om rusbruk

Ved mistanke om bruk av rusmidler er det viktig å danne seg et totalbilde av elevens situasjon. Dette kan gjøres ved blant annet å observere:

- dårlig hygiene og dårlig form
- uro, rastløshet, aggressivitet
- unormal oppstemthet, forvrengning av sanseinntrykk
- kritikkløshet / risikoatferd
- tretthet, sløvhet, nedsatt reaksjonsevne
- manglende konsentrasjon, dårlig hukommelse
- rødhet i øynene, pupillstørrelse og munntørrehet
- skulk / fravær
- at klassemiljøet endrer seg, f.eks. økt konfliktnivå/motsetning i klassen eller at penger og verdisaker forsvinner
- andre tegn / spor i skolemiljøet generelt (her trengs hjelp fra andre ansatte)