



Handlingsplan för sektorernas gemensamma ANDTS-arbete

Alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar
2023-2025

Antaget av	Kommunförvaltningens ledningsgrupp
Antaget	2023-01-17
Ersätter tidigare version	Nytt styrdokument
Gäller för	Bildning, Omsorg och Samhälle
Dokumentansvarig	ANDTS-samordnare

Innehåll

Inledning.....	2
Syfte och mål.....	3
Definitioner och utgångspunkter för arbetet	3
Nationella mål inom ANDTS.....	3
Alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar.....	3
Hälsofrämjande och förebyggande arbete, riskfaktorer och skyddsfaktorer.....	4
Preventionsnivåer	5
Organisation och rollfördelning	6
Behov och utmaningar	6
Insatser – att fortsätta med och förstärka för att möta upp kommunens utmaningar	7
Uppföljning	9
Budget	9
Referenser.....	9
Bilagor	10

Inledning

Kommunens årsbudget (2023) beskriver att Östhammars kommun ska vara en trygg plats att växa upp på, både i skolan och i lokalsamhället. Flickor och pojkar ska erbjudas en attraktiv och meningsfull fritid och alla barn och ungdomar ska ges förutsättningar att lyckas i skolan. Detta samspelar väl med det som forskningen beskriver som generella skyddsfaktorer för ungas hälsa. Det vill säga faktorer som kan skydda mot olika typer av hälsorelaterade problem. Flera av dessa generella skyddsfaktorer utgör utgångspunkt för aktiviteterna i den här handlingsplanen. Det betyder att genom planen kan vi både stärka ungas hälsa och arbeta förebyggande mot såväl ANDTS som andra aktuella samhällsproblem. Problem som utanförskap, fysisk- och psykisk ohälsa och kriminalitet.

Bakgrund till handlingsplanen är det utvecklingsarbete som kommunförvaltningen påbörjade 2020, vilket visade att det hälsofrämjande och förebyggande arbetet mot alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar (ANDTS) kunde förstärkas. Därefter har de organisatoriska förutsättningarna stärkts och en lokal behovsbild tagits fram som ligger till grund för den här handlingsplanen. Behovsbilden visade att:

- Aktiviteter som stärker upp generella skyddsfaktorer för ungas hälsa bör genomföras.
- Tillgång till alkohol är en utmaning.
- Narkotikaförebyggande arbete bör prioriteras.
- Det tobaksförebyggande arbetet bör förstärkas.

Handlingsplanen har tagits fram med hög delaktighet från sektorerna och gäller för hela kommunförvaltningen. Planen baseras på aktuell kunskap inom området och *Snabbguiden*, en

systematisk modell för hållbart arbete, har varit vägledande i arbetet. Planen utgår från de nationella målen men det är de lokala behoven som styr arbetet.

Syfte och mål

Syftet med handlingsplanen är att förebygga barn och ungas användning av alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar – ANDTS. Med barn och ungas menas i den här handlingsplanen barn, ungdomar och unga vuxna upp till 20 år.

Målen med handlingsplanen är att:

1. Begränsa tillgängligheten för barn och unga att använda alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar.
2. Minska andelen ungdomar som använder alkohol, narkotika, doping, tobaks- och nikotinprodukter.
3. Skydda barn och unga från skadliga effekter orsakade av sitt eget eller andras bruk av alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar.

Definitioner och utgångspunkter för arbetet

Nationella mål inom ANDTS

Utgångspunkt för ANDTS- arbetet är de nationella folkhälsomålen som handlar om att ”skapa förutsättningar för god och jämlik hälsa i hela samhället och att minska hälsoskillnader mellan och inom grupper”. Särskilt utgår arbetet från målet om att främja hälsosamma levnadsvanor (mål 6) som innebär att begränsa tillgängligheten till hälsoskadliga produkter och öka tillgången till hälsofrämjande miljöer och aktiviteter. Regeringen har antagit en ANDTS-strategi med det övergripande målet ” Ett samhälle fritt från narkotika och dopning, minskade medicinska och sociala skador orsakade av alkohol och ett minskat tobaksbruk samt att minska skadeverkningarna av överdrivet spelande”. Strategin lyfter särskilt fram att aktiviteter kopplade till det förebyggande arbetet ska ha jämställdhets - och jämlikhetsperspektiv, verka brottsförebyggande och att skyddet av barn och ungas hälsa ska vara i fokus.

Alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar

Alkohol är det vanligaste berusningsmedlet i Sverige. Förr var det vanligast med hög spritkonsumtion men idag är vin den vanligaste alkoholdrycken. Att debutera tidig med alkohol (före 14 års ålder) är sammankopplat med flera hälsorelaterade besvär. Att använda alkohol är en av de enskilda största riskfaktorerna för dödsfall och ohälsa bland unga 15–19 år.

Cannabis är den vanligaste formen av narkotika, men även andra droger och narkotikaklassade läkemedel ingår i begreppet. All hantering av narkotika är olaglig, inklusive eget bruk och innehav. Cannabis (hasch och marijuana) har historiskt använts både som berusningsmedel och i medicinska syften. Det är vanligast att man röker cannabis, som utvinns från en växt, men 3-CMC eller metamfetamin (”kristaller”) som är en syntetisk drog förekommer också. Lustgas (dikväveoxid) används också som berusningsmedel. I den nationella skolundersökningen (CAN 2021) visade det sig att lustgas var vanligare i

storstadsområden men lika vanligt bland killar som bland tjejer. Att använda lustgas var tydligt sammanhängande med användning av alkohol, narkotika och tobak.

Med dopning avses anabola androgena steroider (AAS) vilket ursprungligen togs fram som läkemedel. Tidigare var icke-medicinsk användning mest vanlig inom elitidrott men sedan några decennier tillbaka förekommer användning inom exempelvis gymträning och kroppsbyggnad. Nationella undersökningar visar att dopningsmissbruk utanför idrotten är vanligast bland kroppsbyggare och våldsbrottslingar.

Inom tobaksområdet ingår cigaretter och andra nikotinprodukter som snus, vitt snus och e-cigaretter. Att börja röka i tidig ålder eller att röka dagligen, ökar risken att fortsätta röka som vuxen. Risk för sjukdom och dödlighet ökar med mängden cigaretter och hur länge en person har rökt. Snus och andra tobaks- och nikotinprodukter ger ökad risk för hjärt-kärlsjukdom och typ 2 diabetes. Det vita snuset är tobaksfritt men innehåller fortfarande nikotin, vilket kan ge negativa hälsoeffekter.

Det är 18 årsgräns för att få spela om pengar och 20 årsgräns för att få spela på kasino. Med spelproblem menas här om en individ har svårt att kontrollera sitt spelande, både när det gäller spel om pengar och digitala spel. När spelandet tar över andra intressen kan det orsaka ohälsa och sociala problem, till exempel kan det påverka skolgång och relationer med familj och vänner negativt. Att spela om pengar eller ha spelproblem som ung ökar risken för att få spelproblem även senare i livet.

Hälsofrämjande och förebyggande arbete, riskfaktorer och skyddsfaktorer

Hälsofrämjande och förebyggande arbete handlar om att stärka skyddsfaktorer och minska riskfaktorer. En skyddsfaktor är något som stärker hälsan medan en riskfaktor ökar risken att drabbas av skada, sjukdom eller ökar risk för framtida hälsoproblem. Fler hälsorelaterade problem har likartade risk-och skyddsfaktorer som för ANDTS-användning. Genom den här handlingsplanen kan vi arbeta förebyggande mot både ANDTS och andra samhällsproblem som utanförskap, fysisk- och psykisk ohälsa och kriminalitet.

Tre viktiga generella skyddsfaktorer för ungas hälsa är:

Att klara måluppfyllelse i skolan – att klara grundskolan och att ta en gymnasieexamen är en stark skyddsfaktor för hälsa. I den här handlingsplanen omfattas undervisning till elever, fortbildning till skolpersonal och skolan som arena. Skolverket beskriver att det ingår i skolans verksamhet och uppdrag att arbeta med alkohol, narkotika, dopning och tobak. Det innebär att personal i skolan behöver ha kunskap och metoder för att arbeta med detta. Förutom undervisningen så är skolan en viktig arena för ANDTS-arbetet eftersom skolan möter alla barn och deras föräldrar.

Att ha goda relationer med sina föräldrar - är avgörande för barns hälsa och utveckling och är starkt sammankopplat med hälsoutveckling över tid. Därför är det väsentligt att stödja föräldrar, vårdnadshavare och andra viktiga vuxna i barn och ungas närhet. Regeringens ”Strategi för ett stärkt föräldraskapsstöd” fastslår att alla föräldrar ska erbjudas

föräldraskapsstöd under hela barnets uppväxt (0-18år). Det kan handla om insatser, aktiviteter eller verksamheter riktade till föräldrar som stärker föräldraförmågan och relationen mellan förälder och barn eller ger föräldrarna kunskap om barns hälsa och utveckling. Det här innebär att föräldrar behöver kunskap om ANDTS och problem som kan uppstå orsakade av dessa substanser. Men också att föräldrar behöver erbjudas stöd och metoder för att kunna stödja och vägleda sina barn.

Att ha en meningsfull fritid möjliggör relationer med kamrater och andra vuxna. Relationer som kan främja hälsa, tillit och delaktighet som i sin tur är viktiga skyddsfaktorer. Fritidsgården, kulturskolan, kultur- och föreningslivet och övriga civilsamhället är därför viktiga arenor för ANDTS-arbetet.

Riskfaktorer - Att som barn eller ungdom använda alkohol, narkotika, dopning, tobak eller att spela om pengar ökar risken att drabbas av ohälsa och försämrar möjligheterna till god hälsa senare i livet. Riskfaktorer återfinns både på individ- grupp och samhällsnivå. I en studie av Folkhälsomyndigheten (2022) visade det sig även att kön hade betydelse. Att vara pojke visade sig vara en riskfaktor för att använda narkotika eller att utveckla ett spelmissbruk. Det visade sig också att röka, snusa eller att dricka alkohol ökade risken för att använda narkotika. Tidig alkoholdebut (före 14-års ålder) eller att använda tobak (snus), ökade risken att drabbas av spelproblem.

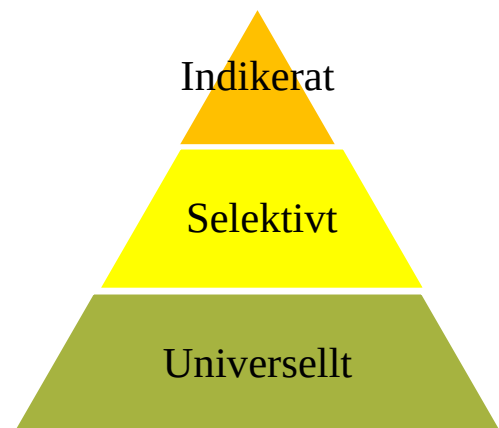
Preventionsnivåer

För att främja barn och ungas hälsa och utveckling behövs stöd och insatser på såväl samhällsnivå som på familje- och individnivå. Den här planen har fokus på det hälsofrämjande och förebyggande arbetet, vilket gör att insatser främst ska ske genom universellt stöd – aktiviteter som når ”alla”. Basen i universellt stöd är promotion för att stärka hälsan hos alla barn och prevention för att förebygga ohälsa. Samtidigt är det en förutsättning att den som söker vård och behandling har tillgång till detta, genom riktade preventiva insatser i form av selektivt eller indikerat stöd.

Universellt stöd – aktiviteter som bör erbjudas till ”alla”. Det kan till exempel vara en skolbaserad insats som en pedagog använder i klassrummet och därför kommer alla elever till nytta. Ett annat exempel är de hälsobesök/hälsosamtal som skolsköterskorna erbjuder till alla elever. Stödet handlar dels om promotion – att stärka hälsa och prevention att förebygga ohälsa och olika former av problem.

Selektivt stöd- insatser riktade till individer eller grupper som är särskilt utsatta för en eller flera riskfaktorer eller har begynnande problem. Det kan till exempel handla om att rikta information och utbildning till ungdomar som använder tobak.

Indikerat stöd- insatser riktade till individer där problem har observerats. Oftast genom olika typer av vård eller behandling.



Preventionspyramiden

Risk och skyddsfaktorer kan finnas både hos individen till exempel genom olika beteenden, eller i en persons uppväxtmiljö eller i lokalsamhället. Det innebär att ANDTS-arbetet behöver rikta sig till fler arenor och utföras av olika aktörer.

Organisation och rollförtydligande

Mycket av ANDTS- arbetet sker inom den kommunala förvaltningen främst inom förskolan, skolan, socialtjänsten och på fritidsgården. ANDTS-arbetet sker också i samverkan med regionens verksamheter exempelvis barnavårdscentralen (BVC), familjecentralen och Hälsoäventyret. Polisen, övriga civilsamhället, föreningslivet och näringslivet är också viktiga krafter i arbetet för ungas hälsa.

Så här har den kommunala förvaltningen organiserat arbetet:

Styrgrupp - består av kommunförvaltningens ledningsgrupp (KFLG) som beslutar om handlingsplanen som ska omfattas av; inriktning, målgrupp, syfte, mål samt resurser för arbetet. Med resurser avses både personella resurser och ekonomiska medel. Gruppen ska efterfråga uppföljning och utvärdering av arbetet.

Ledningsgrupp - ska utgöras av verksamhetsnära chefer för de funktioner som ingår i arbetsgruppen. Ledningsgruppen har till uppgift att bereda ärenden till styrgruppen. Gruppen stödjer arbetet med handlingsplanen.

Arbetsgruppen tillsätts av styrgruppen (efter avstämning med sektors- och verksamhetschefer) och består av relevanta nyckelfunktioner från sektorerna. Gruppen leds av ANDTS-samordnaren, som kan till arbetsgruppen adjungera de personer från förvaltningen som behövs i vissa frågor. Arbetsgruppen ska följa utvecklingen av ANDTS och ansvara för att ta fram handlingsplanen för arbetet. Planen ska utgå från aktuella behov och kan innehålla delmål och aktiviteter. Behoven ska tas fram i samverkan med relevanta aktörer.

Samordnarens uppdrag är att leda det gemensamma arbetet. Samordnaren ska ta fram underlag till ledningsgruppen. Samordnaren kan också leda och driva insatser eller aktiviteter, enskilt eller i samverkan.

Referensgrupper är lokala eller regionala aktörer, grupper, organisationer eller myndigheter som har beröringspunkter med ANDTS-frågorna. Referensgrupperna kan ta del av och ge input till planen men har inget krav att förverkliga den.

Behov och utmaningar

Handlingsplanen styrs av lokala behov som baseras på statistik från Liv och Hälsa Ung (LHU) och perspektiv från medarbetare inom kommun, region och polis som möter barn och ungdomar i sitt dagliga arbete eller arbetar i miljöer där unga vistas. Perspektiven samlades in via samtal, arbetsmöten och workshops. De medarbetare som deltog i perspektivinsamlingen var: tillsynshandläggare, skolsköterskor, skolkuratorer, rektorer, chefer, fritidsledare, samordnare, utvecklare, familjebehandlare, ungdomscoacher, hälsopedagoger, personal från ungdomsmottagningar och polisen.

LHU är länets gemensamma folkhälsoundersökning av ungas hälsa, levnadsvanor och livsvillkor. Undersökningen genomförs som en webbenkät vartannat år och har genomförts i kommunen sedan 2005. Det är ungdomar i åk 7, åk 9 och år 2 på gymnasiet som svarar på enkäten, som sker under lektionstid.

Behovsbilden visar att alkohol, narkotika och tobak är särskilda utmaningar.

Tillgång till alkohol är en utmaning. Det är lätt för ungdomar att få tag i alkohol och personer i ungdomarnas närhet köper ut. Skolavslutningen, midsommar och Båtveckan i Öregrund visar sig vara riskhelger för unga att dricka alkohol och att dricka sig berusade. Det är något fler pojkar än flickor som testat att dricka alkohol, en trend som syns redan i åk 7.

Det narkotikaförebyggande arbetet är ett prioriterat område. Nationella undersökningarna visar att narkotika har blivit mer lättillgängligt och att samhällets syn på narkotika har liberaliserats. Nationella undersökningar visar också att det finns många sätt att införskaffa narkotika på. Några exempel är att själv beställa på internet eller köpa via sociala medier. LHU (2021) synliggör att ungdomar i kommunen känner till personer som säljer, både på orten där man bor men också i närområdet.

Det tobaksförebyggande arbetet ska förstärkas. Den nationella trenden är att färre ungdomar röker och så ser det ut både i Uppsala län och i kommunen. Vad gäller snus så snusar fler pojkar än flickor vilket är samma trend både för riket, länet och i kommunen. Färre ungdomar använder snus med undantag för vitt snus, där det istället syns en ökning. Nationell statistik visar att det är en helt ny målgrupp som använder vitt snus. Nämligen ungdomar som inte tidigare varken har rökt eller snusat. Det är framförallt flickornas bruk som ökar.

Insatser – att fortsätta med och förstärka för att möta upp kommunens utmaningar

Kommunen genomför redan en hel del aktiviteter inom ANDTS- området men behovsbilden motiverar till att genomföra ytterligare insatser. Nedan följer en sammanställning över det arbete som förvaltningen ska fortsätta med och som behöver utvecklas för att möta upp utmaningarna. Insatserna konkretiseras i en aktivitetslista (bilaga 1) som innehåller syfte, mål och målgrupp för respektive aktivitet. Där beskrivs även hur aktiviteten ska genomföras och vem som är ansvarig. Kostnader och tidplan finns också med. Samordnaren är ansvarig för att aktivitetslistan hålls uppdaterad.

Skolan som arena

Fortsätta med: Elevhälsan finns tillgänglig och kan erbjuda stöd under hela barnets skolgång från förskola till gymnasium. De universella (individuella) elevhälsosamtalen tar upp frågor om levnadsvanor och möjliggör stöd både på gruppnivå och individuellt stöd för alla elever från förskoleklass upp till år 3 på gymnasiet. Öppenvården erbjuder LUDDE-utbildning (om vuxnas alkoholvanor) till alla elever i åk 3. Hälsoäventyret erbjuder klassbesök för alla elever i åk 2 (om kroppen) åk 6 (om tobak, vid två tillfällen) åk 7 (om alkohol) och i åk 9 (om kärlek och relationer).

Förstärka upp: För att möta upp kommunens utmaningar behöver tobaksfri skoltid ses över och skolornas drogpolicys uppdateras. Personal behöver utbildning i ANDTS. Ungdomarnas kunskap om narkotika och snus behöver förstärkas.

Föräldrar

Fortsätta med: Föräldrar erbjuds individuellt stöd under hela barnet uppväxt. BVC och familjecentralen i Gimo finns som stöd under barnets första år och därefter finns skolans elevhälsa och öppenvården som stöd för både barn och föräldrar. Öppenvården erbjuder gruppstöd via COPE-utbildning till föräldrar med barn 3-12år.

Förstärka upp: För att möta upp kommunens utmaningar behöver mer information och stöd ges till föräldrar om ANDTS. Särskilda insatser bör ges till föräldrar med äldre barn (från 12 år).

Meningsfull fritid

Fortsätta med: Det finns mycket att göra på fritiden i Östhammars kommun. Fritidsgårdar, avgiftsfri kulturskola och stor variation av kultur- och idrottsliv. Även kyrkan och andra organisationer erbjuder aktiviteter och mötesplatser för barn och ungdomar.

Öppenvården har i uppdrag att både erbjuda stöd och behandling och att jobba förebyggande. Detta sker bland annat genom fältarbete då utbildad personal finns tillgängliga ute i samhället under kvällstid för att skapa trivsel och trygghet i miljöer där unga vistas. Öppenvården stödjer även vuxna i samhället som vill utbilda sig till nattvandrare.

Förstärka upp: Det behövs riktade evenemang till ungdomar under de identifierade riskhelgerna under sommarlovet (särskilt midsommar och Båtveckan). Samverkan kring skolavslutningen är god men kan förstärkas.

Övriga insatser eller områden som ska utvecklas eller förstärkas:

- Tillgänglighetsbegränsande åtgärder mot alkohol ska genomföras
- Insatser mot narkotika ska genomföras. Vid drogmisstanke behöver ungdomar erbjudas frivilliga drogtester.
- Insatser för att arbeta förebyggande mot dopning bör ske, genom att samverka med relevanta aktörer exempelvis föreningslivet.
- Tillgänglighetsbegränsande åtgärder mot tobak ska genomföras.
- De ungdomar som uppger att de röker eller snusar dagligen behöver ha tillgång till stöd och behandling.
- Spelproblem ska förebyggas, främst genom universellt stöd till föräldrar. Detta eftersom en god relation mellan föräldrar och barn har visat sig vara en stark skyddsfaktor mot spelproblem. Föräldrar och andra vuxna i barns närhet har också en viktig roll i att minska exponeringen för och normaliseringen av spel om pengar.
- ANDTS-arbetet ska bedrivas på fler arenor och i samverkan med fler aktörer som föreningslivet, näringslivet och civilsamhället.

Uppföljning

Handlingsplanen är treårig och följs upp två gånger per år. Måluppfyllelse mäts vartannat år genom utfallsindikatorer ur enkätundersökningen LHU. De aktiviteter som är knutna till respektive mål sker löpande över året och ska följas upp kontinuerligt.

Mål 1 Begränsa tillgängligheten för barn och unga att använda alkohol, narkotika, doping, tobak och spel om pengar

Målet är att öka andelen unga som inte testat alkohol, narkotika eller tobak

Mäts genom indikatorerna (höga siffror är bra)

- Total andel unga som inte testat alkohol
- Total andel unga som inte testat narkotika
- Total andel unga som inte testat tobak (här ingår cigaretter, snus och vitt snus)

Mål 2 Minska andelen barn och unga som testat alkohol, narkotika, doping, tobaks- och nikotinprodukter

Målet är att öka andelen unga i åk 7 som inte testat alkohol eller tobak

Mäts genom indikatorerna (höga siffror är bra)

- Total andel unga i åk 7 som inte testat alkohol
- Total andel unga i åk 7 som inte testat tobak (här ingår cigaretter, snus och vitt snus)

Mål 3 Skydda barn och unga mot skadliga effekter av eget eller andras bruk av alkohol, narkotika, doping, tobak och spel om pengar

Mäts genom antal genomförda aktiviteter med koppling mot målet (mäts årligen)

Budget

Budget för arbetet är 50 000kr och arbetstid, varav samordnarens arbetstid utgör 25 % av en heltidsanställning.

Referenser

Centralförbundet för alkohol – och narkotikaupplysning (CAN), 2021. [Skolundersökningen](#)

Centralförbundet för alkohol – och narkotikaupplysning (CAN), 2022. [Fakta om doping](#)

Folkhälsomyndigheten, 2020. [Hälsa på lika villkor](#)

Folkhälsomyndigheten, 2022. [Snabbguiden](#) – att lyckas med ANDTS prevention

Folkhälsomyndigheten, 2022. [Spel om pengar](#)

2023-01-17

Folkhälsomyndigheten, 2022. [Nationella folkhälsomål](#)

Folkhälsomyndigheten, 2022. [Risk – och skyddsfaktorer](#)

Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd, 2022. [Preventionsstrategier](#)

Nationellt system för kunskapsstyrning hälso- och sjukvård, 2022. [Nationellt vårdprogram](#)

Länsstyrelsen Stockholm (u.å). [Verktyg för främjande och förebyggande arbete, preventionsstjärnan](#)

[Länsstyrelsen Stockholm](#), 2020. [Är samverkan för bättre folkhälsa lönsamt? – Samhällsekonomisk analys av tvärsektoriellt främjande och förebyggande arbete i Norrtälje kommun](#)

Östhammars kommun, 2022. [Hälsoäventyret](#)

Region Uppsala, 2021. [Liv och hälsa ung](#)

Socialdepartementet, 2022. [En samlad strategi för alkohol-, narkotika-, dopnings- och tobakspolitiken samt spel om pengar 2022–2025](#)

Skolverket, [ANDTS i skolan](#)

Socialdepartementet, 2018. [Nationell strategi för föräldraskapsstöd](#)

Unicef, (u.å). [Barnkonventionen](#) artikel 24

Bilagor

Aktivitetslista 2023