

 <b>HORDALAND FYLKESKOMMUNE</b>	<b>Sluttrapport</b> Helsefremjande skule			
	Dokumenttype: Prosjektmal Utarbeidd av:	Godkjend av: (oppdragsgjevar) Godkjend dato:	Gjeld frå: Revidert dato:	Tal sider: Arkivsak:

## 1 Samandrag av prosjektet som er gjennomført ved skulen.


Med bakgrunn i fylkestingvedtak 11. mars 2014 vart Voss gymnas saman med Knarvik, Fitjar og Sandsli vidaregåande skular plukka ut som pilotskular for eit helsefremjande prosjekt. Prosjektet starta hausten 2015 og har strekt seg over to skuleår og vert med denne rapporten formelt avslutta, men tanken er at ideane og praksisen skal halda fram vidare. I prosjektperioden har Voss gymnas hatt tre fokusområder. **Kosthald, fysisk og psykisk helse.** Underteikna har vore prosjektkoordinator i heile prosjektet.

## 2 Vurdering av resultat i forhold til formål og prosjektplan

Skulen har vektlagt dei tre målområda fysisk helse, psykisk helse og kosthald like mykje. Det er likevel slik at mest endringar / tiltak har me fått til innan psykisk og fysisk helse. Årsaka er at innan kosthald har byggjeperioden på skulen, samt økonomiske rammer gjort det vanskeleg å få til alt ein kunne ønskja seg. Men det må seiast at i skrivande stund flyttar me inn i ny kantine, som frå hausten av vil koma heile skulen til gode.

Voss gymnas har lang tradisjon med idrettsfag og i dei siste åra også eit spissa tilbod innan toppidrett. Rammene for god **fysisk helse** var derfor på plass når prosjektet starta. Vårt fokusområde har vore å tilretteleggja lågterskeltilbod for dei elevane som ikkje er nok aktive. Mest vellukka i denne samanhengen har lågterskeltrimmen på Rogne vidaregåande vore. Dette er eit tilbod som elevkoordinatorane har hatt regien for. Eit tilbod for alle elevar i vidaregåande skule på Voss. Ei viktig årsak til at tilbodet vart godt motteke og har hatt stor deltaking er at det blei annonsert som leik og moro, ikkje som gym eller idrett. Prosjekta gå / sykle til skulen har og hatt stor deltaking. Elevane har og hatt tilgang til treningsrommet på skulen, både i skuletida og utanom. Nokre få nye «trimmarar» har me fått, men mest er det elevar som også før var aktive.

I vinterhalvåret har Voss gymnas køyrd «skibuss» til Herresåsen. Dette var primært eit tilbod for hybelbuarar som ønska å gå på ski, eller berre leika og kosa seg i snøen. Etter kvart vart det og ein del Vossaungdom som vart med i bussen.

 <b>HORDALAND FYLKESKOMMUNE</b>	<b>Sluttrapport</b> Helsefremjande skule			
	Dokumenttype: Prosjektmal Utarbeidd av:	Godkjend av: (oppdragsgjevar) Godkjend dato:	Gjeld frå: Revidert dato:	Tal sider: Arkivsak:

Prosjektperioden har gått parallelt med byggjeperioden av nye Voss gymnas. Idear og kunnskap om fysisk helse frå prosjektet har vore med å prega utforminga og inventar i og utanfor nye skulen. I skulen sine planar for neste år er det mellom anna lagt inn ledige tider der elevar ved skulen kan nytta idrettsfasilitetane. Både i form av organiserte tilbod i regi av skulen, men og til eigentrim.

Psykisk helse er som kjent vanskeleg å observere og måla. Det me likevel kan seia er at me i prosjektperioden har sett i gang mange konkrete tiltak, som me veit vil vera bra for psykisk helse. Uavhengig av prosjektet har skulen fått eigen skulepsykolog i 40% stilling. Vårt store fokus på relasjonsbygging og klasse miljø har blitt positivt motteke. Her har skulen i stor grad innbakt miljøskapande arbeid i sitt daglege virke. Samarbeid tillitsvalde, kontaktlærarar og leiinga er med på å sikre oppfylgjinga og at tiltak faktisk vert gjennomført når behov. Med oss inn i den nye skulen er me og medvitne at her er mange fine møteplassar, som elevar og lærarar vil koma til å setja stor pris på.

Temadagar med Mia Børjesson og Mattias Øhra har bidrege til at lærarane har fått fagleg påfyll, samt motivasjon for å jobbe med psykisk helse, underforstått hjelpa alle til å trivast.

Kosthald og kantinedrifta har blitt nemnt tidlegare, som ei våre spesielle utfordringar i prosjektperioden. Som eit lite kickoff for prosjektet arrangerte skulen eit kosthaldskurs for alle vg1 elevar i oktober 2015. Fagkompetansen vart henta får Olympiatoppen. Dagen hadde ei teoretisk og ei praktisk økt. Skuleåret 2015/16 vart og menyen i vår mellombelse kantine endra til ei sunnare utgåve. Skuleåret 2016/17 vart også den mellombelse kantina fjerna. Skulen heiv seg rundt og oppretta ei minikantine i gangen. Her vart og vårt store ønskje om gratis skulefrukt til elevane realisert. Ordninga med frukt vart motteke svært positivt hjå elevane.

Vidare kan nemnast at me i prosjektperioden har gjort fleire praktiske grep med tanke på å redusere smitte og sjukdom. Toppidrettsmiljøet ved skulen har vore til stor hjelp for å få dette til. Antibakk har blitt plassert rundt i alle klasserom, ved drikkestasjonar og ved fruktutdelinga.

 <b>HORDALAND FYLKESKOMMUNE</b>	<b>Sluttrapport</b> Helsefremjande skule			
	Dokumenttype: Prosjektmal Utarbeidd av:	Godkjend av: (oppdragsgjevar) Godkjend dato:	Gjeld frå: Revidert dato:	Tal sider: Arkivsak:

## Sitat prosjektplan:

### «Formål med prosjektet (effektmål)

*Som helsefremjande skule er me medvitne at gode skuleprestasjonar i stor grad er avhengig av god helse. Gjennom prosjektet skal skulen derfor arbeide ekstra mykje for å styrkje helsa til elevane og tilsette. Tre fokusområder: **kosthald, fysisk og psykisk helse.***

*«Den helsefremjande skulen skal vera integrert i skulen sin kvardag, og inngå som naturlege element i skulen sine aktivitetar. Dette skal gjerast gjennom å etablere ei helsefremjande forståing for alle som er knytt til skulen, og tenkje helse og helseomsyn inn i skulen sine beslutningar»*

### Effektmål for heile prosjektet (ref. prosjektleiar)

- Betre læringsmiljø
- Auka trivsel
- Betre arbeidsmiljø
- Fleire elevar gjennomfører
- Fleire gjennomfører vidaregåande med bestått karakter i kroppsøving
- Redusert fråver
- Redusert mobbing

## Sitat slutt

Prosjektet har heilt klart utvikla seg etter formålet. Me har hatt stor merksemd på våre fokusområder i heile perioden. Ein helsefremjande tenkemåte har blitt etablert på skulen. Når det gjeld dei konkrete effektmåla så er prosjektperioden for kort, samt at dette er variablar som det er vanskeleg å måla.

## 2.1 Økonomi

Skuleåret 2015/16 vart det løyvd 101 500 frå opplæringsavdelinga til koordinatorressurs. Ressursen vart nytta til å halda prosjektet i gang på

 <b>HORDALAND FYLKESKOMMUNE</b>	<b>Sluttrapport</b> Helsefremjande skule			
	Dokumenttype: Prosjektmal Utarbeidd av:	Godkjend av: (oppdragsgjevar) Godkjend dato:	Gjeld frå: Revidert dato:	Tal sider: Arkivsak:

eigen skule. Samt fleire kurs i Bergen i regi av prosjektleiar. I tillegg fekk skulen 50 000 kr øyremerka til sykkelaktivitetar. Pengane vart investert etter intensjonen og eigen rapport vart sendt inn 25. mai 2016.

Skuleåret 2016/17 vart det avsett 100 000 kr frå opplæringsavdelinga til prosjektet, som ikkje var øyremerka. I tillegg kom det eit tilskot på 16 000 kr, frå seksjon for klima og miljø. Desse pengane vart nytta til å delfinansiere skulefruktordninga inneverande skuleår. Skulen investerte vidare ca 100 000 for å få skulefruktordninga i hamn. Koordinator vart frikjøpt i 20%, også av eige budsjett.

## 2.2 Om medverknad og deltaking

Prosjektet vart frå starten av forankra i elevrådet, AMU og ressursteamet. Dette har vore pilarane i prosjektet heile perioden. Informasjon ut til elevane har i hovudsak blitt formidla og vidareutvikla i samråd med elevrådet. Det har heile tida vore eit mål at tillitselevane skulle ha eit eigartilhøve til prosjektet. Prosjektkoordinator har hatt fast plass i AMU ved skulen. Kunnskap og idear frå kurssamlingane har i stor grad blitt diskutert og starta etter diskusjon i AMU. Koordinator har i prosjektperioden vore leiar i ressursteamet ved skulen. Særleg kunnskap om psykisk helse og tiltak knytta opp mot einskildelevar har vore svært aktuelle tema. Når det gjeld faktorar som har fremma prosjektet er fagdagane i regi av prosjektleiar svært viktige. Her har me fått fagleg påfyll og inspirasjon til å gå i gang ved eigen skule.

## 2.3 Kultur og kunnskapsbygging

Prosjektet har bidrege til å auke bevisstgjeringsa kring samanhengen mellom helse og læring. Dette har me fått formidla på temadagar og gjennom anna informasjon. Det er likevel slik at prosjektet må haldast varmt vidare for ikkje å koma i bakleksa. Lærarane sitt fokus på å koma gjennom pensum i sine fag kan fort skuva den helsefremjande tanken bort.

På fagdagane i Bergen i regi av prosjektleiar har det vore lagt opp til at prosjektskulane deler med kvarandre. Dette har vore svært nyttig.

 <b>HORDALAND FYLKESKOMMUNE</b>	<b>Sluttrapport</b> Helsefremjande skule			
	Dokumenttype: Prosjektmal Utarbeidd av:	Godkjend av: (oppdragsgjevar) Godkjend dato:	Gjeld frå: Revidert dato:	Tal sider: Arkivsak:

## 2.4 Organisering og forankring

Prosjektet er per i dag ikkje forankra i utviklingsplanen. Årsaka er at ein ny om meir omfattande plan vil bli rulla ut når nye skulen er ferdig. I den nye planen vil helsefremjande skule bli eit gjennomgåande tema.

I tillegg til koordinator har rektor, helsesøster og elevkoordinator vore svært sentrale aktørar i det helse fremjande arbeidet ved Voss gymnas. Skulen har også hatt to engasjerte elevrepresentantar.

## 3 Oppfølging av prosjektet

For vår skule har prosjektet vore svært nyttig. Helse er utvilsamt eit sentralt tema som ungdom vil ha nytte av resten av livet. Auka fokus på helse i vidaregåande skule vil derfor vera svært nyttig for andre vidaregåande skular å få ta del i.

På Voss gymnas er det helsefremjande arbeide djupt forankra i leiinga, som vil syta for at arbeidet held fram vidare.

## 4 Hovudkonklusjonar og nyttige erfaringar

**Me er særleg nøgde med kunnskap, idear og inspirasjon me har tileigna oss gjennom prosjektet. Dette er varig kunnskap som blir med oss når me skal byggja ein ny kultur i nye Voss gymnas. Ideane frå prosjektet ligg til grunn i mykje av planlegginga for innhaldet i skulen komande skuleår. Me kjenner på at me er i gang med ei endring som er positiv for helsa til alle ved skulen.**

**Unn Fauskanger**  
**Rektor**

**Helge Finne**  
**Koordinator**