

LOKAL MOBILISERING MOT DOPING, HORDALAND FYLKESKommUNE

Prosjektperiode høst 2016-vår 2018



HORDALAND
FYLKESKommUNE



Innholdsfortegnelse

LOKAL MOBILISERING MOT DOPING, HORDALAND FYLKESKOMMUNE	1
Bakgrunn	2
Doping som samfunnsproblem.....	2
Fylkeskommunalt samarbeidsprosjekt med ADNO	3
Formål og mål	4
Fylkeskommunale forhold – forekomst av doping	5
Aktivitet.....	6
Hvorfor anses elever i videregående skole en aktuell gruppe?.....	6
Slutter i organisert idrett, begynner på treningssenter.	6
Ungdata – de unge opplever kroppspress	7
Metode og aktivitet for forebygging.....	8
Forebygging og metodikk.....	8
Videregående skoler - aktivitet.....	8
Andre tverrfaglige tiltak i fylket.....	9
Kommunalt.....	9
Eventer i fylket	9
Nasjonale innsatsområder.....	9
Tabell: skjematisk oversikt over utførte tiltak	13
Evalueringer og tilbakemeldinger.....	13
Evalueringen har vært av både? formativ karakter og ...:	13
Kvalitetspresentasjon/summativ evaluering:	13
Uttalelser	14
Statistiske målinger, før og etter foredrag.	14
Lokal mobilisering Hordaland – Veien videre prosjektperiode med oppstart høst 2018.....	17
Referanser	21

Bakgrunn

Doping som samfunnsproblem

Doping er bruk av preparat benyttet for å endre kroppens utseende, sammensetting (fett/muskler) og prestasjoner. Det er en økende anerkjennelse og kunnskap om bivirkninger, især for psykisk helse, som utvikling og bevaring av normal kognitiv fungering, og fysisk helse, eksempelvis opp mot risiko for hjerte- og karlidelser. I tillegg er dopingbruk et samfunnsproblem med risiko for økt voldsbruk, og risiko for utvikling av narkotikaproblem. I submiljø der doping forekommer, kan deltakerne anse seg selv for å leve sunne liv, fordi man parallelt gjerne er fysisk aktiv og trener. Dopingbruk kan være tabubelagt å innrømme, selv ovenfor helsepersonell. Doping har størst utstrekning i miljø der kroppens utseende står i fokus, og ikke nødvendigvis i idrett, der man normalt forventer at doping forekommer.

I henhold til *Regional kulturplan for Hordaland, 2015-2025*, (kap. 37 Idrett, s. 97) vises det til at doping er et område det satses på. Fylket ønsker å arbeide med «Utfordringer knytt til doping har fått ekstra fokus gjennom eit samarbeid med fylkeskommunen knytt mot dei vidaregåande skulane i fylket». Informasjon og holdningsskapende arbeid er viktige forebyggende tiltak i innsatsen mot doping, som formidlet i St. Meld. 30 (2011-2012). Viktigheten av arbeid mot doping bekreftes igjen i St. Meld. 19 (2014-2015). Prosjektplan og samarbeid mellom Hordaland fylkeskommune og ADNO er et bidrag for å oppnå de mål som fremgår av disse stortingsmeldingene.

Fylkeskommunalt samarbeidsprosjekt med ADNO

ADNO og Hordaland fylkeskommune har gjennomført sin andre toårige prosjektperiode i Lokal mobilisering mot doping i Hordaland fylkeskommune (heretter omtalt LMDH). Dette har blitt iverksatt etter avtale om Lokal mobilisering mot doping i Hordaland fylkeskommune, inngått mellom fylkeskommunen og ADNO (se bilde). En fylkesmedarbeider ble ansatt for å utføre og koordinere det forebyggende og informasjonshevende tiltaket, i en stillingsprosent på 40 %. Prosjektet er samfinansiert med midler dels fra fylket, og dels fra stiftelsen ADNO. Sistnevnte midler er tuftet på bevilling fra nasjonale helsemyndigheter. Fylkesmedarbeideren har gjennom ansettelse i stiftelsen ADNO blitt integrert i arbeidsfellesskapet på Ullevål, og med dette fått tilgang til ett nettverk med fagpersoner som også er blitt direkte benyttet i arbeidet lokalt i Hordaland, og som har bidratt med informasjon og støtte til fylkesmedarbeideren. Kontorfasiliteter er ivaretatt av seksjon for idrett og kultur, med Britt Karen Spjeld som nærmeste kontaktperson og leder.

For å forankre arbeidet lokalt, ble det etablert en styringsgruppe som har ledet og støttet opp under arbeidet. Det lokale styret i LMDH er fylkesmedarbeider Ruth Velsvik, fylkesidrettssjef Britt Karen Spjeld, Knut Songve fra Hordaland idrettskrets, Fredrik Lauritzen fra avdeling forebygging og folkehelse i ADNO, seniorrådgiver for folkehelse Anne Mette Nesje Porten fra seksjon for næring- og lokalsamfunnsutvikling, Tore Andersen fra idrettsavdelingen, og seksjonsleder for opplæringsavdelingen, Linda Farestveit. Tor Ivar Sagen Sandvik har også representert opplæringsavdelingen siste halvdel av toårsperioden.



Her signerer fylkesordfører Anne Gine Hestetun samarbeidsavtalen med Antidoping Norge og assisterende daglig leder Frode Hestnes. Foto: Hordaland fylkeskommune

HORDALAND TAR STANDPUNKT MOT DOPING

(Her kommer mer).

Formål og mål

Formålet er å drive omfattende, systematisk og tverrfaglig antidopingarbeid.

Prosjektets viktigste målgruppe er elever i videregående skole, samt styrke yrkesgruppene som er i kontakt med de unge, slik at de besitter kunnskap og kompetanse om doping, og har økt fokus på dopingproblematikk blant yrkesgrupper som kan møte dette i sitt arbeid og hos pårørende. Gjennom å bidra til kunnskap om de reelle konsekvenser ved dopingbruk, har man ønsket å stimulere til sunne og helsefremmende treningsmiljøer i fylket.

Politi, ansatte ved treningsentre, lærere, ansatte i skolehelsetjeneste med flere, er alle yrkesansatte som møter dopingproblematikk i sin hverdag. Dette er alt fra læreren ved en lokal skole, som forteller om at sies at doping skjulested er funnet i taket på det nærliggende treningscenteret, til rådgiveren som forteller om den brått sinte og aggressive gutten som i raskt tempo vokste på seg mange kilo.

I prosjektperiode nummer en (ikke videre omtalt i denne rapporten) ble alle de offentlige videregående skolene i Hordaland pålagt å huse foredrag for elevene om temaet antidoping. For å sikre større grad av etterlatt kompetanse etter prosjektperiode to, ble det satt andre mål. Antidopingtiltak skulle være frivillig. Unge skulle vite hvor de kunne få hjelp, behandling og mer informasjon, og relevant yrkesgrupper skulle ha grunnleggende fagkunnskap om doping, og dets konsekvenser. På den måten kan de selv ivareta antidopingarbeid på egen skole. I denne periode som denne rapporten omhandler (høst 2016 – vår 2017) var det frivillig for skolene å arbeide med doping, alle de videregående skoler i fylket fikk gjentatte ganger tilbud om å bistand, i form av foredrag, veiledning, undervisning og seminar for elever og ansatte.

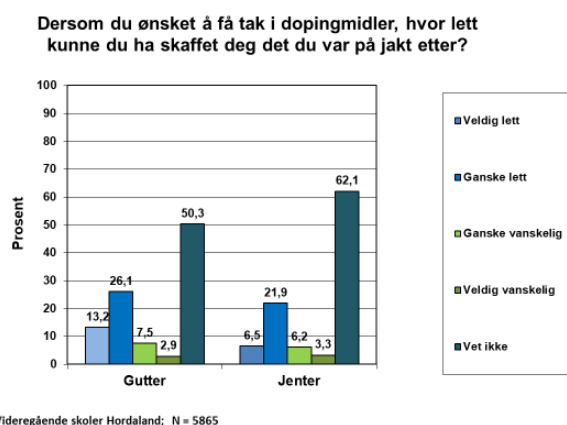
Fylkeskommunale forhold – forekomst av doping

Under prosjektperioden har det vært flere politiaksjoner i Hordaland fylke. Dette er knyttet til aktivitet som produksjon, kjøp, salg og bruk av dopingmidler. Dette straffeberammes av et lovverk som for øvrig gikk gjennom store endringer og nyetableringer i 2013, der all bruk, besittelse, produksjon, og oppbevaring er forbudt. På generell basis berammes forhold rundt doping av både Straffeloven § 234, og Legemiddeloven 24a. I tillegg gjelder egne bestemmelser for idretten, som berammes av Wadas føringer.

I september 2016 ble 23 menn pågrepet i storaksjon mot brukere av anabole-androgene steroider, både i private hjem og på tre treningsentre i bergensområdet. Samme høst har det også vært storaksjoner som har strekt seg med pågripelser fra Stord i Hordaland til over fylkesgrensen i Rogaland, med 26 pågrepne. Doping har også utledet at et Bergensbasert vekterfirma slo seg konkurs, da ansatte vektere ble tatt for dopingbruk. BUFETAT region Vest lot en miljøterapeut jobbe med ungdom ved Vestlund behandlingssenter. Vedkommende ble pågrepet med våpen- og dopingbesittelse, og har hatt uheldig tett veiledning av pasienters trening. Gjennom fylkesmedarbeiderens kontakt med enkeltansatte i politiet, kommer det uttalelser om at mange politiansatte selv ser et behov for økt kunnskap om doping. Dette visere noe av omfanget av doping som samfunnsproblem i Hordaland.

Hvor utbredt er doping som fenomen? Scentio og Actis nasjonale undersøkelse fra 2016 indikerer at fire prosent av unge mellom 18 og 25 år har brukt doping, basert på et utvalg på 1003 spurte. På Vestlandet svarte fem prosent at de hadde brukt doping. Tidligere tall har vist livstidsforekomst på om lag to prosent, men like fullt med varierende tal. 22 prosent av ungdommene i det samme utvalget sier at de kjenner noen som bruker doping. Tallene viser at dobbelt så mange gutter som jenter doper seg.

Ungdataundersøkelsen viser andre tall. 1,4 % av guttene i VGS som har besvart Ungdatas undersøkelse bruker eller har brukt dopingpreparat. Tilsvarende tall er 0.7 for jenter.



Figur Tilgang til dopingmidler blant elever i VGS, Hordaland.

Tallene fra Ungdata i Hordaland som forteller om dopingatferd er lave. På mange måter er det som forventet, respondentene er under gjennomsnittlig debutalder for doping. Like fullt er det verdt å påpeke at ungdommene opplever at det er lett å skaffe doping dersom de ønsker det. 49,8% oppgir at de kan få dette fra venner og bekjente, 34,1 % oppgir de kan skaffe dette via internett, og 12,8 % oppgir de kan skaffe dette til veie gjennom å ta det hjem fra utlandet. 42,9 % oppgir andre måter. (Se figur).

Aktivitet

Hvorfor er elever i videregående skole en aktuell gruppe?

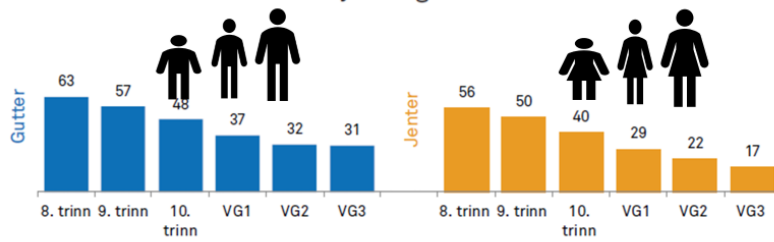
Skolen som forebyggingsarena er et sted der man forventer læring. Forebygging kan integreres i eksisterende kompetansemål, og med erfarne og kompetente formidlere som pedagoger er - implementeres inn i lærerens arbeidshverdag og yrkesutøvelse. I henhold til Stortingsmelding 28, Fag- Fordypning – Forståelse – En fornyelse av kunnskapsløftet, arbeides det nå med fornying av læreplaner og Kunnskapsløftet. ? Kom ikke den i 2017? Altså ny formålparagraf kom 2017 og ble kalt en fornying av kunnskapsløftet. Sjekk opp . Elevene skal blant annet jobbe tverrfaglig med demokratiforståelse (hvordan medborgere påvirker fellesskapet) og folkehelse og livsmestring, der elevene skal utvikle kompetanse som fremmer elevenes helse og gjør dem i stand til å håndtere ulike utfordringer og mestre hverdagen. Fornyelsen innebærer dybdelæring og tverrfaglig læring, samt fornyelse av fagplaner, som etter planen skal iverksettes i 2020. Det helsefremmende fokuset som skal integreres i alle fag, gir gode rammer for å arbeide med doping og risikofaktorer for doping.

Slutter i organisert idrett, begynner på treningscenter.

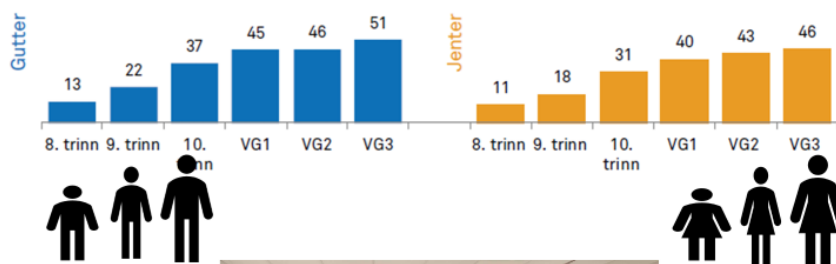
Trenger vi en arena utenfor idretten der det formidles om doping?

Idretten er en betydelig bidragsyter i kampen mot doping, især i Hordaland idrettskrets er aktive på feltet. I siste året på videregående trener nesten halvparten av norske ungdommer i et treningsstudio minst én gang i uka, gutter i noe større grad enn jenter (se tallene under, dra Ungdata 2017). Videre er frafallet fra organisert idrett stort størst i 15-17 årsalderen, men det starter allerede i barne- (2 av 10), og ungdomsskole (3 av 10). Per i dag er det opp til treningscenteret selv om de jobber aktivt for å fremme dopingfrie miljø. Slett ikke alle treningsmiljø og treningscenter ser nytten i å arbeide mot doping. Skolen kan derfor være en svært betydningsfull arena der kunnskap om doping og dopingens konsekvenser formidles, i det den unge trer ut av idretten og inn på det private markedets arenaer, der antidoping kanskje ikke prioriteres.

Prosentandel som trener eller konkurrerer ukentlig i et idrettslag – etter kjønn og klassetrinn



Prosentandel som trener ukentlig i et treningsstudio – etter kjønn og klassetrinn



Ungdata – de unge opplever kroppspress

Unge opplever også stress og press knyttet til utseendet. Aktiviteter som bruk av sosiale medier og trening gir riktignok både avkobling og glede, men er også betydelige i henhold til å øke opplevelsen av stress og press rettet mot kropps- og utseendeideal. Mengde bruk av sosiale medier henger også sammen med depressive symptom (Ungdata 2017). Doping kan tilsynelatende se ut til å være en løsning på både å nå prestasjonsmål i henhold til kropp og utseende, samt gi ønsket kropp og utseende til selvprestasjon på sosiale medier.

På bakgrunn av det livsstadiet med kroppsfokus og endret treningsmotivasjon, anses det derfor viktig å forebygge i fasen der dopingbruk så vidt starter for enkeltindivid, og der det for de fleste kan forebygges, fremfor å måtte behandles eller håndteres, som det må gjøres når doping har blitt et etablert fenomen.

Metode og aktivitet for forebygging

Forebygging og metodikk

(Forebygging generelt – mer kommer)

Det forebyggende arbeidet i skolene er videre bygd på to deler: En del som omhandler livsmestring, og en spisset del om kunnskap om doping og dopingens juridiske, medisinske, sosiale og samfunnsmessige ødeleggende konsekvenser. Målet har også vært å gjøre budskapet relevant og aktuelt for ungdommene. Derfor vektlegges høy grad av elevinvolvering i foredragene, med rom for refleksjoner og til og med improvisert rollespill med elever.

Prosjektets sekundærmål har også vært å øke kunnskap om dopingproblematikk opp mot profesjonelle yrkesgrupper. Tverrfaglige seminarer har ført til kunnskapsheving for primært sett ansatte i den videregående skole, men også med seminardeltakere fra ungdomsskole, politi, helseregioner og kommuneansatte. Det har også vært gjennomført kompetanseheving for helsesøstre i Bergen, samt i bidrag med seminarmodell med mer aktivt involverende læring, som i trepartssamarbeidet «Sammen mot doping», der både påtale, politi, kommuneansatte og ansatte i treningsentre deltok.

Gjennom prosjektperioden har fylkesmedarbeideren fått stadige tilbakemeldinger på at selv om kunnskapsnivået har blitt noe større om doping, er det fortsatt vanskelig for fagpersoner å konfrontere elever og andre de mistenker benytter doping, om doping. Dette er et viktig moment. Anekdoter og historier fortalt av tidligere misbrukere av steroider vitner om manglende kunnskap om doping hos fastleger, psykologer og andre hjelpere. Dette gjør at samtalen om doping blir vanskelig. Misbrukeren kan oppleve at han møter et behandlingsapparat som ikke makter å imøtekomme pasienten, og at det er en risiko for at problematikken ikke gripes fatt i på tilstrekkelig vis. Det er derfor viktig å trygge ansatte i å ta den viktige bekymringssamtalen, bidra til at de har tilstrekkelig minimumskunnskap, slik at risikoen for å unnvike, unngå å handle, og heller ikke oppdage doping er en overveiende fare.

Videregående skoler - aktivitet

Prosjektets viktigste målgruppe er elever i videregående skole. Samtlige elevråd og skoleledelser i fylket har fått tilbud om undervisning, foredrag og skolebesøk. I tillegg har hver skole fått tilsendt pakke med brosjyrer, håndbok og informasjonsmateriell til bruk ved kontor for skolens helsesøster-, rådgiver, elevinspektør, samt til ansattgrupper i kollegiet. For å få utnyttet skoletiden og imøtekomme både forebyggingsformål og faglige kompetansemål satt av UDIR, legges ofte antidopingarbeidet innunder skolefag som eksempelvis kroppsøving, helse- og oppvekstfag, samfunnsfag, med mer.

21 av 36 av fylkets skoler har vært involvert i antidopingtiltak på skolen i regi av det fylkeskommunale arbeidet, og det er følgende skoler:

Amalie Skram videregående skole, Askøy videregående skole, Austevoll videregående skole, Bergen Katedralskole, Bergen Maritime skole, Bømlo videregående skole, Fusa videregående skole, Fyllingsdalen videregående skole, Hyssingen videregående skole, Knarvik videregående skole, Laksevåg videregående skole, Nordahl Grieg videregående skole, Odda videregående skole, Olsvikåsen videregående skole, Slåtthaugen videregående skole, Sotra videregående skole, Stend videregående skole, Stord videregående skole, Tertnes videregående skole, U. Pihl videregående skole, Voss videregående skole.

I tillegg har ansatte fra også øvrige skoler i fylket deltatt på faglige antidopingseminar i regi av prosjektet, som ansatte fra Osterøy VGS, Voss gymnas, Årstad videregående, Os videregående, Rubbestadneset videregående, Fitjar videregående skule, og Åsane videregående.

Totalt utgjør dette 29 av 36 skoler. I tillegg kommer skoler som har helsesøstre som har fått kompetanseløft om doping.

Andre tverrfaglige tiltak i fylket

Kommunalt

Det har også vært et kommunalt pågående tiltak i ei av fylkets kommuner av mer indikativ karakter, der det har vært tydelige mistanker til doping ved et treningssenter for skolens elever. Fylkesmedarbeideren har veiledet i arbeidet med å få et trygt og sunt treningsmiljø, samt hatt heldagsseminar for foreldre av flyktningbarn. Skoleåret 2018-19 blir det mer fokus og systematisk arbeid rundt antidopingarbeidet sett i sammenheng med skolens psykiske helsearbeid. Det er planlagt en stor markering 17. ok. 2018.

Eventer i fylket

Under Sykkel-VM og samarbeid med Bergen Campus, ble sykkel-VM markert med stand, utdeling av informasjonsmateriell, og konkurranse med premietrekning.

Nasjonale innsatsområder

I løpet av 2017 bidro prosjektmedarbeideren til utvikling av den nettbaserte undervisningsressursen «Ren Elev», til håndboken «Doping og folkehelse», og til nasjonalt seminar om doping. Dette er ressurser som formidles videre og som oppfordres til å implementere blant yrkesansatte som jobber med forebygging og dopingproblematikk i Hordaland.



med i dialog med flere helse- og utdanningsinstanser om utvikling og implementering av studenter som skal bidra til at studenter får kompetanse og verktøy til å kunne forebygge doping i utdanningsmiljøet.

Sjefen i tillegg er utvakt med kollektivt gjennom utdanningsinstanser i 2016. Det skal innføres obligatorisk kurs i antidoping for alle studenter fra skole for å sikre god kompetanse og sikre at opplysningsarbeidet i 2017.

Vi har over tid hatt en god dialog med Høgskolen i Innlandet ved Lillehammer for å få inn en studienotat i antidoping for studenter på idrett, grunnlag og sport management. En tidligere samarbeidspartner har for første gang vært ut på denne studentergruppen i

nytt samarbeid med Høgskolen ved Lillehammer for å sikre kompetanse og verktøy til å kunne forebygge doping i utdanningsmiljøet.

Her er fylkesmedarbeideren i sving under nasjonalt seminar for doping, Lillestrøm 2017.

Foto: Antidoping Norge.

Her kommer en skjematisk oversikt over utførte tiltak, opp mot Handlingsplan og planlagte tiltak.

VIDEREGÅENDE SKOLER

Opplæring av lærere, helsesøstre og annet skolepersonell

Dialogmøte med helsesøstre i Bergen 09.12 desember, for å utrede informasjonsbehov, informere om fylkeskommunens arbeid. Gjennomført seminar / foredrag for helsesøstre i Bergen vår 2017. Delt ut informasjonsmateriell. Kontaktperson: Agnes Giertsen.

- Introduksjons av Ren Elev som tverrfaglig satsningsområde for lærerkollegium
- Ansatte ved (minimum) 29 av 36 skoler har vært med på eller involvert i tiltak i direkte regi av Antidoping Norge fylkessatsning, enten i form av tiltak for elever og lærere, eller bare lærere/yrkespersonell. I tillegg kommer et antall uregistrerte lærere som har deltatt på nettverkssamling for gymnastikklærere med antidoping som tema, samt et antall helsesøstre.
- Foredrag under Antidoping Norges nasjonale seminar, tema var skoleressursen Ren Elev (digital plattform) og metodikk til bruk i undervisningssammenheng/gruppesamtaler.
- Medvirkning til utvikling av Ren Elev: innspill til teoretisk bakteppe for mestring, holdning og atferdsendring, aktiv elevinvolvering, undervisningsøvelser, medvirkning til powerpointer.
- Medforfatter til «Håndbok om doping og folkehelse».

Gjennomføre foredrag og aktiviteter for videregående elever i fylket (mål: besøke 50% av skolene)

Utformet informasjonsskriv, publisert via HFK til alle videregående skoler i fylket.

Mottakere: Rektorer, rådgivere, helsesøstre, undervisningsinspektører, elevorganisasjoner.

- Avholdt muntlig innlegg for alle rektorer, elevrådsrepresentanter og elevinspektører på skolestartkonferanser, inviterte og oppfordret til samarbeid
38 skoleforedrag, 6 andre foredrag, 2730 tilhørere i 2017. 5 skoler hadde samarbeid med fylkesmedarbeider i 2016, 8 foredrag ble gjennomført i skoleregj, 3 øvrige, med 1310 tilhører høsten 2016.
- Vår 2018. 1000 tilhørere pluss, flere tiltak for mindre grupper, med lengre varighet og tilpasninger. Ca. 25 tiltak.
- 21 av 36 VGS har hatt direkte antidopingtiltak på egen skole i prosjektperioden. I tillegg kommer to folkehøgskoler og ungdomsskoler.
- Selekterte tiltak: Det er holdt foredrag for inntaksklasser, fremmedspråklige, ved Katedralskolen) som kan nyttiggjøre seg av en samtalekveld / foredrag om doping.
- Prioriterte skoler: skoler med internat/hybelbeboere og skoler med idrettsprofil. Besøkt Voss videregående, Stend, Odda, U-Phil, Sotra, Stord. Voss gymnas har gjentatte ganger blitt kontaktet og fått tilbud, men har ikke takket ja.

Besøkte utvalgte lærlingesamlinger

Dette har ikke blitt gjennomført. Det har derimot vært besøkt flere skoler som har hatt yrkesfag under perioder med teoriundervisning på skole, som eksempelvis Austevoll og Bergen maritime skole.

Få innpass i relevante temadager på skolene, hvor antidoping kan være en naturlig del av programmet

- Temadag på Stend videregående skole. Sosiale medier
- Temadag på Nordahl Grieg videregående skole – årlig konferanse: fremtidskonferanse
- Temadag på Fusa i anledning verdensdagen for psykisk helse (nærliggende dato).
- Knarvikmila, høst 2018. Årlig arrangement. Kontaktperson Jan Erik Espelid.
- Katedralskolen har satsning på psykisk helse, ønsker ADNO med videre som en integrert del av dette.

Ta del og spre informasjon i eksisterende, relevant nettverk ved skolene

- Nettverk for gymnastikklærere. Holdt foredrag/workshop i nettverk for kroppøvlingslærere på Voss. Kontaktperson: Martin Kvalø (Martin.Kvalo@hfk.no).
- Nettverk for kjentmenn – etablert kontakt med gruppe kjent fra Nordahl Grieg vgs. Sandsli-Slotthaug-Stend og Årstad, de ønsker videre samarbeid med kjentmannsarbeid, samt kompetanseheving for gymnastikklærere høst 2018. Kontaktperson; Bjørn Madsen, sosialpedagog ved Nordahl Grieg.
- Tverrfaglig ressursteam (lege, skoleledelse, OT/PPT med flere), Laksevåg. Kontaktperson, Svanhild Furuhaug, HFK.
- Nettverk for folkehelsearbeid i kommunene, arrangert av folkehelsekoordinatorer Anne Mette Nesje Porten

FOLKEHELSE

Gjennomføre fagsamlinger spesifikke yrkesgrupper, for eksempel SLT-nettverk, barnevern

1. Helsesøstre

2. Politi, påtale, kommunalt ansatte, treningscenteransatte. Utformet heldagsseminar: kommunikasjonsteknikk, case, tegn og symptom. Nasjonale ressurser fra ADNO hentet inn i arbeidet.

Styrke samarbeid med relevante aktører, som blant annet Bergensklinikkene.

3. Det har vært møte, e-post og telefondialog med Bergensklinikkene, med invitasjon om å bruke Antidoping Norge under videreutdanning av fylkets kjentmenn. Dette har de ikke benyttet seg av.
4. Initiert kontakt med Sagoe ved UiB. Når Fusa VGS har kapasitet til å gjennomføre Herkules, har de tillatelse til det.
5. Etablert godt og kontinuerlig samarbeid med SMD (Saman mot doping, trepartssamarbeid), ledet av politibetjent Janne Kristin Espeseth

Arrangere årlig kurs om doping for kjentmann (i regi av Bergensklinikkene)

Tilbudt: Kjentmenn tilbudt seminar med antidopinginnhold i regi av Bergensklinikkene. Bergensklinikkene ikke benyttet seg av ADNO's personell.

Gjennomføre foredrag for foreldre med barn i ungdoms- og videregående skole

- Heldagsseminar for foreldre med bakgrunn som fremmedkulturelle/flyktninger. Tema: Doping, konsekvenser av doping og treningskultur. Selektert gruppe. Tolket til to språk.
- Under seminar på Stord VGS for skoleansatte og kommunalt ansatte, ble foreldre særskilt invitert.

TVERRSEKTORIELT SAMARBEID

Gjennomføre et årlig større kunnskapshevende nettverksseminar for ulike yrkesgrupper med fokus på tema som helsekonsekvenser av doping, kroppspress i samfunnet, kosttilskudd og ren trening.

- Seminar ble tilbudt alle fylket skoleansatte i VGS, foresatte og andre interessenter fra kommune, barnevern med mer. Temaet var «Doper han seg?», og «Bruker de doping?»
1. Seminar Bergen høst 2016, med god oppslutning. Mange yrkesgrupper representert.
 2. Seminar Stord, for skoleansatte og kommunalt ansatte, politi, med andre. Foreldre ble særskilt invitert. Stord var utvalgt på bakgrunn av en større politiaksjon i Nord Hordaland og Rogaland.
 3. Et miniseminar med kunnskapsløft ble eksklusivt miniseminar / foredrag for ansatte ved Bergen Maritime skole. Utelukkende skoleansatte, tverrfaglig gruppe.
 4. Deltakelse/involvering, seminar/foredrag for fengselsansatte, samtalemøte med innsatte gjennom samarbeid med kriminalomsorgen. Ledet og gjennomført av Morten Heierdal.

5. Sammen mot doping, aktiv møtedeltakelse og seminarplanegging/planlegging og igangsettelse av læringsaktiviteter (Samarbeidsgruppe mellom politi, idrett, ADNO og treningsentre).
6. Nasjonalt seminar, foredragsholder.
7. Kommende tverrfaglig seminar for ansatte ved Fusa videregående skole, omkringliggende skoler, politi, treningscenteransatte, kommuneansatte. Dato: 17.10.2018. Arbeidsgruppe er nedsatt, ledet av assisterende rektor Eva Fjeldtvedt. I prosessen frem mot tiltaket har det vært dialog med ordfører Atle Kvåle og kommunens folkehelseansvarlig, Anne Skagseth. I prosessen har det også vært tverrfaglig samarbeid for å redusere mistenkt dopingforekomst/dopingrisiko i høyrisikogruppe.

Øke kompetansen om bruk, omsetning og smugling av dopingmidler, herunder kunnskap om dopingpreparater, for eksempel klassifisering av nye stoffer, preparatnavn, aktive stoffer?, bruksområde, utseende, produksjon og distribusjon blant ressurspersoner i fylket.

8. SMD; for politi, påtale, treningscenteransatte/eiere, kommunalt ansatte.
9. Kompetanseheving for helsesøstre.
10. Tre tverrfaglige seminar om tegn og symptom på doping.
11. Diverse møte- og styringsgruppevirksomhet.
12. Kommende seminar: Ansatte i flyktningetjeneste, kommune, politi i Fusa. Noe er gjennomført, noe er planlagt.

Inkludere antidopingarbeidet i kommunale handlingsplaner for å sikre et langsiktig arbeid som er lokalt tverrsektorielt forankret.

13. Oppfordre til å forankre antidopingarbeidet i det lokale folkehelsekoordinator (samling for folkehelsekoordinatorer 2016).
14. Det er gjennomført møter vedrørende kommunalt antidopingarbeid i Fusa kommune, og Fjell kommune.
15. Alle kommuner i Hordaland er forespurt om å rapportere kort innen 1. juli 2018 om a) er det gjennomført kompetansehevende tiltak for ansatte? b) Er antidopingarbeid inkludert i kommunale planer? c) Er det gjennomført forebyggende eller inngripende tiltak for å redusere/forebygge doping, samt d) ønsker kommunen videre informasjon og bistand i dette arbeidet. Dette bør følges opp med forslag til tiltak.

DEN ORGANISERTE IDRETTE

Være en lokal kontaktperson i antidopingarbeidet for idrettslag, særkretser og idrettsråd i fylket.

Deltakelse i sykkel-VM. Stand, gjennomført konkurranser og premietrekning, samt utformet presentasjon.

Direkte aktivitet mot idretten utover dette koordineres av Antidoping Norges administrasjon i Oslo og utføres av aktuelle foredragsholdere utenfor prosjektet.

Tabell: skjematisk oversikt over utførte tiltak

Evalueringer og tilbakemeldinger

Tiltaket har blitt evaluert med en rekke verktøy og funksjoner. En følgeevaluering og sluttevaluering av prosjektet er viktig for å sikre kunnskap til å korrigere prosjektplan og bygge ny kunnskap om forebyggende arbeid.

Evalueringen har vært av både formativ karakter og summativ kvalitet.

Den utviklingsorienterte og formative evalueringen har vurdert forebyggingsarbeidet underveis, og påsett samsvar mellom fylkets behov, handlingsplan og det utøvende arbeidet. Dette er ivaretatt gjennom løpende dialog i styringsgruppen, og gjennom fylkesmedarbeiderens dialog med involverte parter i etterkant og underveis tiltak ved skoler og for yrkesgrupper.

Den summative kvalitetskontroll har foregått gjennom spørreundersøkelser. Undersøkelsene er utfylt på mobiltelefon i forkant/etterkant foredrag og tiltak. Her har vi brukt blant annet verktøyene Survey-xact, samt hatt evalueringssamtaler med deltakere i etterkant tiltak (eksempelvis seminar for SMD).

Videre vises det til *brukeruttalelser* som er uttrykt under LMD.

Brukeruttalelser

I prosjektet har det også vært viktig å få kjennskap til hva våre samarbeidsparter og landets elever har opplevd arbeidet. Her kommer først en uttalelse fra politi, deretter fra elever.

«Det at det finnes et tilbud i fylkeskommunen synes jeg er bra. Jeg vet hvor jeg henvender meg hvis det fremkommer opplysninger om utfordringer knyttet til temaet. Jeg synes at den kunnskapen fylkesmedarbeideren sitter på er verdifull. Det å få ungdom til å være glad i seg selv og sin kropp, uten å måtte ty til doping det er viktig. Det hjelper å være pedagogisk i måten å få ungdom til å forstå at doping ikke skal være et alternativ, og at det ikke finnes snarveier til bedre kropp. Det å oppfordre til sunne verdier er viktig. Jeg kjenner fylkesmedarbeideren best i SMD (Sammen mot doping), og jeg synes hun er en god ressurs og sparringspartner opp mot det å få kunnskapen ut»

Janne Kristin Espeseth – politiførstebetjent – Forebyggende

Vest Politidistrikt.

Sotra, Askøy og Øygarden lensmannsdistrikt

En beretning fra en elev, mottatt av kollega Bo Lindblad omhandler opplevd nytte hos eleven:

... Håper dere kan bruke dette videre som bevis for at det arbeidet dere gjør faktisk fungerer og hjelper andre mennesker.

Etter jeg hadde vært å hørt på foredraget dere hadde på skolen vår, snakket jeg med kjæresten min og kompisen hans om steroider. Jeg tok med brosjyrene og notater jeg hadde skrevet. Etter praten klarte jeg å få de til å forstå hvor farlig det er. De hadde begge tatt en kur hver og bestemte seg for at de aldri skulle gjøre det igjen.

Jeg fikk også overtalt min bror og en kompis fra videregående til ikke å begynne i det hele tatt. Da de hadde snakket lenge om at de ville prøve og hadde hørt så mye om det. Men med fakta fra kampanjen deres fikk jeg snudd meningene deres og de fikk et helt annet syn på steroider.

Det var utrolig virkningsfullt med faktaene om hvordan kroppen reagerer og hvilke negative konsekvenser det har.

Jobben dere gjør er så utrolig viktig og hjelper veldig mange, den har i hvert fall hjulpet mange jeg er glad i.

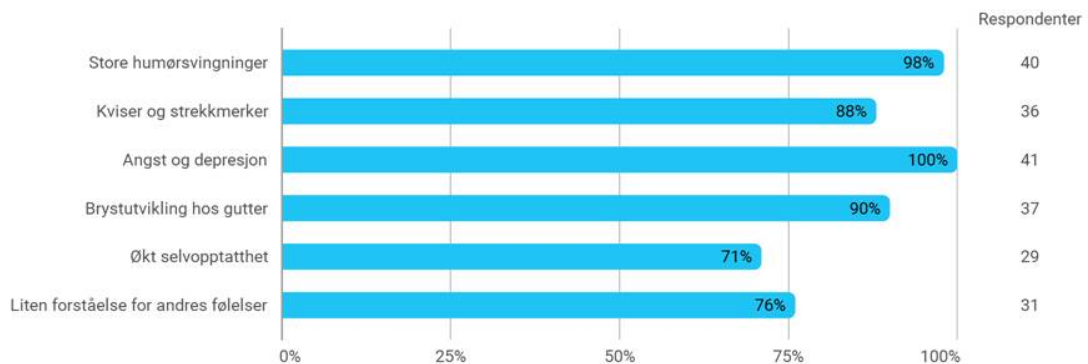
Jeg er utrolig taknemlig.

Pre-postundersøkelser

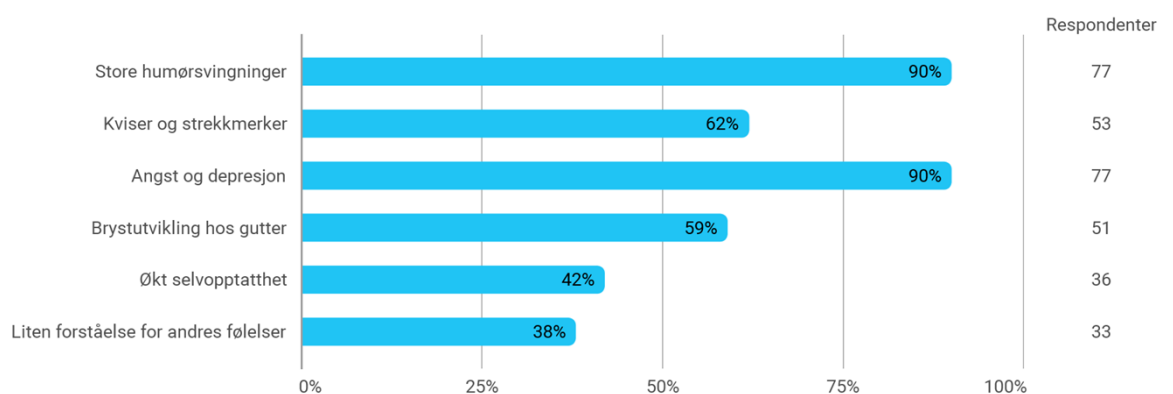
Det er gjennomført to mindre statistiske undersøkelser, en på kunnskap, og en på holdninger til doping. Dette er statistiske målinger, før og etter foredrag.

Pre-post (holdning) og pre-post (kunnskap) – mer kommer.

Pre-post mål på objektiv kunnskap ble målt etter skolebesøk ved Askøy VGS. Her er foreløpige utvalgte funn, der det er målt kunnskap om bivirkninger.



Hvilke skadevirkninger kan dopingbruk gi? Man kan få...

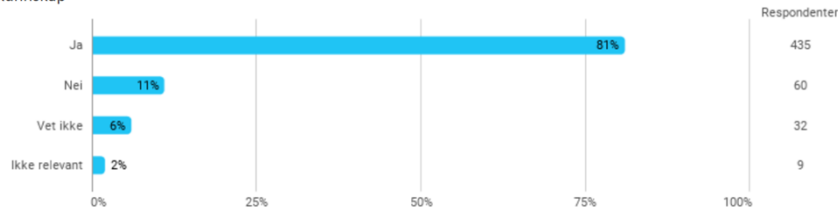


Kort fortalt viser disse preliminare tallene at det objektive kunnskapsnivået har økt etter foredrag.

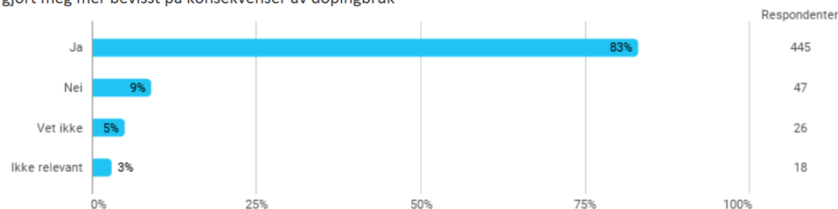
Opplever selv respondene at de har fått 1) ny kunnskap og 2) blitt mer bevisst på dopingbruk?

I tabellen under ser du at 1) 81 % rapporterer ny kunnskap, 2) 83% er mer bevisst på konsekvenser av doping. Tallene er en sammenslåing av flere evalueringer i 2018.

Har du lært noe nytt? - Jeg har fått ny kunnskap



Har du lært noe nytt? - Foredraget har gjort meg mer bevisst på konsekvenser av dopingbruk



Hvordan opplevde tilhørere foredraget de verktøyene som ble brukt under undervisning og skolebesøk?

Det var et mål å ha aktiv deltakelse. Dette fordi at egeninvolvering og selvrelatering til budskapet kan tenkes å integrere budskapet bedre i elevenes egen opplevelsesverden, og øke sannsynlighet for tydeligere og klarere holdninger til temaer som ble berørt. Når vi spør respondentene om hva som var det beste med foredraget, kommer det et tydelig cluster ut med svar som gjenspeiler at variert elevinvolvering ble opplevd som vellykket:

«Veldig flink foredragsholder med en veldig god formidlingsevne, likte spesielt godt hvordan vi ble invitert til å delta i foredraget gjennom oppgaver og lignende»

«At foredragsholder inkluderte publikum utrolig bra. Folk følger med med store øyne:) Publikum ble mye involvert. Lett å følge med. Spannende.»

«At foredragsholderen relaterte tema til publikumet. Det var det som gjorde at det ble vellykket i mitt syn»

Variasjon i læringsaktiviteter:

«Gøy måte hun holdt foredraget. Forskjellige metoder for å lære oss og nå ut til oss»

Videre ble det benyttet anekdoter om doping og dopingrelaterte tema, som stammer fra ulike mellommenneskelige møter foreleser har hatt gjennom livet.

«Trakk personlige erfaringer inn i foredraget, og det kan gjøre tematikken mer aktuell og «folkelig». At hun tok med historier, det gjorde det mer interessant»

Videre viste andre cluster at elevene verdsatte informasjon om

- informasjonen i seg selv. (mer kommer).
- protein og kosttilskudd.
- konsekvenser av doping (mer kommer).

Det er rom for forbedring.

Hva forteller ungdommene om hva som kan gjøres bedre i forebyggingsarbeidet? Mange opplever at foredraget er langt, noen ønsker mer tid. Flere påpeker at foredragsholder kan snakke noe fort.

Fylkesmedarbeideren velger å løfte frem denne tilbakemeldingen:

«Legg mer vekt på at man kan oppnå gode resultater uten å dope seg og legg mer vekt på hvordan man gjør det. Det er mye lettere å forebygge med å gi unge alternativer til doping i stedet for å bare si "du er god nok som du der"»

Her anerkjennes det at respondenten har et vesentlig poeng. Program som viser hvordan man kan oppnå gode treningsresultat eksisterer, og er til dels utviklet og testet av forskningsmiljø tilknyttet Universitetet i Bergen, i samarbeid med blant annet ADNO. Programmet Herkules er et program utviklet for å forebygge doping ved å la teori og praksis og treningsveiledning inngå i et program som strekker seg over tid. Dette kan være et aktuelt tiltak å tilby grupper i targetforebygging /selektive tiltak rettet mot populasjoner med forhøyet risiko eller kjent forekomst av doping. For å tilby grupper som er opptatt av å oppnå treningsmål, er det så langt kun delt ut mange hundre informasjonshefter om ren trening, som omhandler trening, treningsmetoder og kosthold (informasjonsheftet Ren Trening). Men teori og veiledet praksis har to kvalitativt ulike verdier.

Vurderinger gitt av eksterne kilder, samt styringsgruppens vurderinger har også satt til formative preg. Denne kontinuerlige prosessevalueringen har utledet en ny HP, som forhåpentligvis imøtekommer et godt og realistisk handlingsrom, og som svarer til de behov som er i Hordalands befolkning. Dette leder oss til neste og avsluttende del av rapporten – hvor går veien videre?

Lokal mobilisering Hordaland – Veien videre prosjektperiode med oppstart høst 2018.

Hvilke føringer og innspill har styringsgruppen for kommende prosjektperiode?

Etter ny avtale mellom ADNO og Hordaland fylkeskommune, fortsetter arbeidet med å forebygge doping. Forfatter av rapporten og nåværende fylkesmedarbeider har valgt å tre ut av stillingen, og en ny ansettes i 60 % stilling fra og med 1. august. Basert på drøftinger av de erfaringer som er gjort i de to forutgående periodene, og især den siste toårsperioden med antidopingarbeid, har denne formative evalueringsprosessen utledet visjoner og planer som forankres i den kommende handlingsplan.

Det er enighet om at det overordnede formålet med prosjektet er å redusere dopingmisbruk, og videreføre satsing inn mot videregående skole som utgangspunktet for prosjektet. Forebygging anses som viktig, med andre ord å utstyre ungdommer med kritiske briller (kunnskap og antidopingholdninger) før de kommer i en posisjon hvor det er aktuelt å bruke doping. Her er det ønskelig at den nye prosjektlederen skal få sette sitt preg på planer for det videre arbeidet, men med utgangspunkt i satsingsområdene definert av styringsgruppen:

Videregående skoler

Skal elever i videregående skole inkluderes i prosjektplanen? 14-15 % av elevene i Hordaland går på en privat skole, og er ikke en del av opplæringsavdelingens ansvar. Disse er for øvrig en del av befolkningen og omfattes av kulturplanen. De mottar derfor informasjon og tilbud om å benytte tjenestene til ADNO/fylket gjennom en e-posthenvendelse.

Ren skole. Antidoping Norge har også nylig utviklet og pilottestet det helhetlige skoleprogrammet, Ren skole. Det er ønskelig at alle skoler i Hordaland skal bli «Ren skole».

Utøve universell forebygging. Dette gjennom kunnskapsøking blant alle elever i VGS.

Målrettede tiltak i VGS. Utøve mer målrettet forebygging av doping blant både utvalgte studieretninger og utsatte grupper i VGS. Risiko som må tas hensyn er å unngå stigmatisering av utvalgte grupper man anser å være i risikogrupper.

Elever forebygger for elever. Vi ønsker å la elever i helse og oppvekstfag og idrettsfag bli bevisst og motiver til å være med og bidra i antidopingarbeidet som gode forbilder og bidragsytere. «Vi trenger deg» (positive budskap), fremme deres funksjon som gode rollemodeller.

Opplæring av skolepersonell og nøkkelpersonell

- Få innpass i fagnettverk for lærere.
- Få lærerne selv til å integrere antidoping i undervisning, benytte Ren Elev.

Lærlinger. Lærlingekoordinator og opplæringskontorene kan ha organiserte samlingspunkter. (Skolene har ikke). Dette kan gjøres via bedrifter som Bergen kommune med flere.

Gruppestørrelse: Det er behov for skreddersøm i møtet med skolene og skolens behov. Derfor er det viktig å tilpasse etter behov, samt lærernes ønsker. Beholde ordningen slik den er nå, med foredrag og tiltak både store og små grupper.

Foreldre skal prioriteres. Vi ønsker å nå foreldremøte på vg1. Dette kan blant annet gjøres gjennom å forsøke å få innpass på møter. Doping som tema er knyttet opp mot læringsmiljø/skolemiljø, kosttilskudd, kropp og trening, sosiale medier. Vi ønsker å være til strede under og tilgjengelig i etterkant møte, for å dele ut informasjon.

Hybelboere/elever på internat. Skoler som har elever som er hybelboere og internat skal prioriteres.

Prioritere skolepersonell. Dette kan være lærere og helsesøstre, eller andre yrkesgruppers om defineres nærmere.

Skoler som har takket nei. Videre i prosjektet ønskes det å prioritere skoler som ikke har benyttet seg av Lokal mobilisering mot dopings i foregående prosjektperiode.

Folkehelse i institusjoner/aktører utenfor VGS

- *Bergensklinikkene.* I neste plan ekskluderes Bergensklinikkene i tiltaksplan. Bergensklinikkens KoRus (kompetansesenter rus, har opplæring av kjentmannsordningen. Fylkets kjentmann anses å være ivaretatt hver skole har egen kjentmann, og det vil være naturlig å følge opp kjente menn via den enkelte skole, eller kjentmannsnettverk som vi inngår samarbeid med.
- *Foreldre i ungdomsskole.* Disse utgår som spesifikk målgruppe i regi av fylkessamarbeidet. Like fullt er det ønskelig å nå foresatte gjennom fagpersoner som opplyser om doping, som skolens helsesøstre, politi, etc. Dette er faggrupper som informerer og arbeider med generell helseopplysning (rus, spiseforstyrrelser, etc.).
- *Gjennomføre seminar/nettverksseminar.* Punktet om formål om å gjennomføre nettverkssamling ønskes å tas bort fra handlingsplan. Dette årsaksforklares med at det er for ressurskrevende.

Tverrsektorielt samarbeid

- Fylkeskommunen skal ha eierskap. Fylkesmedarbeider fungerer som døråpner til kommunalt samarbeid mellom ADNO og kommune. Styringsgruppen kan bistå i å skape kontakten mellom fylkesmedarbeider og de som skriver planen/avtaler.

Tverrfaglige nettverk.

Fylkesmedarbeider inviteres inn som ressurs i eksisterende nettverk. Dette vil være mindre ressurskrevende enn at fylkesmedarbeider genererer og skaper aktivitet. Aktuelle nettverk er:

- Kroppsøvlingslærer-nettverk
- Folkehelsekoordinator-nettverk
- Helse og oppvekst-nettverk
- SMD-nettverk
- Andre aktuelle nettverk

Her er fylkesmedarbeider en ressurs som kan brukes i fylkeskommunens kunnskapshevede arbeid.

Aktuelle innsatsområder og nye innsatsområder

Kjentmann. Hver skole har en ansatt med funksjon som Kjentmann, og jobber blant annet med rus og mobbing i sin kontakt med elever. Deres lokalkunnskap kan være nyttig å benytte med tanke på deres lokalkunnskap i henhold til elever i risikosone. De kjenner sannsynligvis sine skoler godt. De har opplæring i regi av Bergensklinikkene i doping annethvert år.

Foreldre til innvandrerbarn - en gruppe det er vanskelig å nå. De trenger informasjon.

Kommuner: det er et mål å jobbe med å få flere kommuner med i samarbeidsavtaler om antidopingarbeid. Det er for øvrig viktig å jobbe bredt i alle kommuner utover Bergen (også med politisk forankring).

Den organiserte idretten

Tiltak for den organiserte idretten tas ut av prosjektplanen. Antidopingarbeidet i Hordaland idrettskrets (HIK) ivaretas av HIK, som er svært aktiv på feltet. Fylkesmedarbeideren har opplevd HiK som en døråpner i sitt antidopingarbeid.

Overordnet formål:	Hva skal ut?	Innsatsområde	Virkemiddel
Redusere dopingbruk blant ungdom			
- Vgs «Mest mulig forebyggende arbeid for pengene»	Kommunalt arbeid. Dette kan inngå i kommunale avtaler.	Elever i VGS Tilsette i skoleverket. Voksensopplæring Yrkesfaglige elever. Programfag, elever med høy gutteandel. Etablert/identifisert problematikk.	Primær, universell Foredrag, undervisning. Ren Elev, Ren skole. ↑ Informasjonsmateriale til elever og ansatte (brosjyrer, plakater, håndbøker med mer). Vs. Selektiv (definerte utfordringer, eksempel med høyere forekomst. (Eksempelvis Herkules.)
	SLT helsesøster?: Tydeliggjøre deres ansvar.	Idrettslinjer: langsiktig – de blir forebyggere/våre støttespillere. budskap tilpasset at de har et forebyggingsansvar Helse- og oppvekst – «Vi trenger deg» - budskap tilpasset at de har	Idrettsfokus (idrettens regelverk, mm) betjenes av foredragsholder sentralt. Forebyggingsfokus betjenes av fylkesmedarbeider.

		et forebyggingsansvar/våre støttespillere	Oppsøke nettverk for Helse- og oppvekstfag.
--	--	---	---

Avsluttende ord og veien videre.

Kontinuitet. Stillingen er økt til 60 %. Handlingsplanens omfang er stor, og målgruppene og skolene mange i Hordaland. Den ansatte forholder seg til både ADNO sentralt, kolleger i fylket, og mangfoldige eksterne målgrupper, og må opparbeide seg spisskompetanse. En større stillingsprosent gjør kontinuiteten i arbeidet bedre. Fylkesmedarbeideren skal fungere som en ressurs for faggrupper. En forutsigbarhet i bevilgninger til stillingen gjøre stillingen mer attraktiv for arbeidstaker, noe som vil kunne gjøre det lettere å beholde den spisskompetansen i fylket som er opparbeidet gjennom en prosjektperiode.

Den pedagogisk verktøykasse er utviklet gjennom prosjektperioden. Det er benyttet involverende pedagogikk, basert på sosialpsykologisk teori for sosial endring (arbeide med å endre holdning og atferd i grupper) og sosial samhandling. Verktøyene er i stor grad integrert i Ren Elev, og kan fritt benyttes av lærere og nye yrkesutøvere av antidopingarbeid. Videre vil en tett dialog med brukerne av fylkesmedarbeiderens tjenester, bidra til å kunne lage tilpassede og praksisnære undervisningsopplegg.

Å *tilpasse budskap* til mottakeren anses som en viktig faktor for å nå de unge og øvrige mottakere. Ungdom trenger ikke «brukerinformasjon» (informasjon om preparatnavn og hvor man får tak i preparat), men støtte og mestring til å håndtere risikofaktorer. Helsesøstre og politi vil derimot ha nytte av informasjon om preparat, tegn og symptom på doping, etc. Klok og teoridrevet begrunnelse bør ligge til grunn for det utøvende forebyggende arbeidet.

(mer).

«Forebygging er bedre enn kur»

Desiderius Erasmus (1466-1536)

Referanser

Deler av teksten er bygget på årsrapport for Antidoping Norge 2016 og 2017.

<https://antidoping.no/om-antidoping-norge/nyheter/hordaland-tar-standpunkt-mot-doping/>

Dominic S med kolleger. (2006). *Doping prevention through anti-doping education and practical strength training: The Hercules program*. Performance Enhancement & Health

<https://www.hordaland.no/nn-NO/nyheitsarkiv/2017/skal-jobbe-mot-doping-i-hordaland/>

<https://www.actis.no/nyhet/mange-unge-bruker-doping>

Vektene: <https://www.bt.no/direkte/krim/pinned/116961>

Ungdata

Straffeloven § 234

Legemiddeloven 24a

Brudd på dopingkoden.

St. Meld. 30 (2011-2012).

St. Meld. 19 (2014-2015).

Regional kulturplan for Hordaland, 2015-2025, (kap. 37 Idrett, s. 97).