



Sundere erhvervsskoler

Erfaringer og anbefalinger på baggrund af et pilotprojekt i Holstebro Kommune

AAU, november 2015

Indhold

Forord	3
Baggrund	4
Indsatsen	4
Motion	5
Vægtstophold	5
Kost	6
Morgenmadsklub	6
Nudging i kantinen	6
Rygning	7
Rygeregler	7
Informationsindsats	7
Rygestop	8
Sammendrag	8
Anbefalinger	9
Formål	13
Metode	14
Kvantitativ del	14
Resultater	15
Meninger om de enkelte risikofaktorinitiativer	16
45 minutters motion – transporteleverne	24
Power breaks – eleverne på automekanikerlinjen	27
Meninger om organisering af sundhed (tværgående)	32
Sundhed, karriere og job	35
Har vi de rigtige værktøjer, kursus etc.?	38
Organisering af sundheden. Udliciteres eller in-house UCH	41
Kvantitativ del	43
Sammenligning 1: Startmåling vs. midtvejsmåling	45
Sammenligning 2: Midtvejsmåling vs. slutmåling	46
Sammenligning 3: Startmåling vs. slutmåling	48
Diskussion	50
Bilag: Interviews med kantinepersonale, analyse af meninger om nudge tiltag	51
Bilag: Spørgeguides, kvalitativ del	52

Forord

Rapporten er udarbejdet af AAU på opdrag af partnerskabet *Sundere erhvervsskoler – et pilotprojekt i Holstebro Kommune*, som er støttet af midler fra Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse om sundhedsfremme gennemført med en lang række aktører på Uddannelsescenter Holstebro, Bastrupgaard afdelingen i maj 2015, hvor uddannelserne til automekanikere og transport & logistik har til huse. Interviews er en opfølgning på dem der blev gennemført tidligere i interventionen i efteråret 2014. Ydermere indgår der kvantitative undersøgelser af elevernes sundhedsadfærd og handlekompetence i rapporten. Målet med projektet er at fremme sundere livsstil blandt unge på erhvervsskoler og især UCH, hvilket skal ske ved at udvikle en model for sundhed i praksis for erhvervsskoler og derefter udbrede modellen til andre erhvervsskoler. Aktiviteterne i projektet er fokuseret om tre risikofaktorer: fysisk aktivitet, rygning og kost.

Nærværende notat er blevet til på baggrund af et opdrag der er specificeret som et notat der *”sammenfatter vigtige essenser fra interviews og effektmålinger samt beskriver best practice til brug for skoleledere, lærere samt politikere. Notatet indeholder formål, metode samt analyse. Analysen beskriver syn på medansvar for elevernes sundhed, hvad har været nemt/svært, hvad der konkret er sket af synlige ændringer på skolen og om de har mærket en sundhedsfremmende forandring hos eleverne. Analysen oplister hvilke konkrete barrierer skolens ledelse har stået overfor gennem projektet samt beskriver fremadrettet handlingsorienterede råd til hvorledes modellen i fremtiden kan anvendes på andre erhvervsskoler i Danmark. Analysen beskriver hvilke udfordringer og muligheder set i politisk kontekst der vil være ved implementering af intervention herunder hvad politikernes rolle er og hvordan der bedst samarbejdes på macro, meso og micro niveau. Analysen beskriver endeligt de interviewede elevers evaluering/syn på interventionen.”*

Notatet er blevet til med transkriberings- og interview hjælp fra Marie Koldkur, Batesi Joy Kainamura, Josephine Kristine Kann og Kristina Elmo Kristensen – alle studentermedhjælpere på AAU. Den kvantitative del er udført af Post Doc. Annette Quinto Romani, Sociologisk Institut, AAU. Studentermedhjælpere Marie Louise Holt Jensen og Karina Pawlowski har stået for formatering og korrektur. Rapporten er opdelt i en kvalitativ og kvantitativ del.

Bent Egberg Mikkelsen, Professor, AAU
November, 2015

Baggrund

Med økonomisk støtte fra Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse indgik Hjerteforeningen, Danmarks Lungeforening, Uddannelsescenter Holstebro, Holstebro kommunes sundhedscenter, Aalborg Universitet, Lantmännen Schulstad A/S og Arla Foods i 2014 partnerskabet "Sundere erhvervsskoler – et pilotprojekt i Holstebro Kommune". Ønsket med partnerskabet var at afprøve og udvikle en effektiv metode til sundere livsstil på erhvervsskolen i Holstebro, og på den baggrund komme med anbefalinger til andre erhvervsskoler med interesse for sundhedsfremme.

Indsatsen

Indsatsen foregik i skoleåret 2014/2015 med deltagelse af grundskoleelever på Auto og Transport/Logistik linjerne på Uddannelsescenter Holstebro (UCH). Indsatsen bestod af aktiviteter indenfor kost, rygning, motion og overvægt. For samtlige indsatser var intentionen, at de skulle være let tilgængelige og attraktive for eleverne, og sundhed skulle tænkes ind i undervisningen, så eleverne bedre forstod meningen med de sundere tiltag på skolen og motiveres til at benytte dem. I den sammenhæng har brugerinddragelse været et vigtigt element. Elever, lærere og skoleledelse er således forsøgt inddraget af projektleder fra Hjerteforeningen fx ved oplæg overfor lærergruppen, hyppige besøg på lærerværelset, besøg i klasserne under undervisningen og inddragelse af lærere, når der skulle lægges budget. Desuden blev der nedsat et lokalt sundhedsråd på skolen bestående af førnævnte projektleder, elevrepræsentanter, lærere og ledere fra begge linjer/spor. Rådet har i projektperioden været involveret i en bred vifte af opgaver inden for valg, planlægning og udførsel af interventionerne fx indholdet i sundhedsundervisningen, opstramning af rygepolitik, valg af sundhedsundervisere og valg af aktivitets-redskaber. På den måde er der fra starten stilet efter at få skabt størst muligt ejerskab og engagement blandt både lærere og elever. Konkret er det i løbet af skoleåret lykkedes at igangsætte følgende på skolen:

Motion

Der er i projektperioden anskaffet diverse motionsredskaber fx ketcher og bolde for at gøre bevægelse nemt tilgængeligt, motiverende og indbydende for eleverne. Dog kun på Transport/Logistik. Autolinjen kunne man ikke få til at deltage i denne del. Indkøbene blev valgt af lærere og elever i samråd. Ledelsen har desuden fundet økonomi til ny, udendørs multibane. Som yderligere inspiration blev der optaget syv motionsvideoer om "Powerbreaks" med aktiv deltagelse af elever fra begge linjer og ophængt øvelses-plakater på værkstederne og i lagerhal. Materialet skulle blandt andet motivere eleverne til træning af under- og overkrop, sætter fokus på god løfteteknik og forebygge smerter i ryg, skulder og nakke. Samtlige materialer er gjort tilgængelige på hjemmesiden: <http://www.hjerteforeningen.dk/det-goer-vi/projekter/sund-erhvervsskole/materialer/>. Desuden har der under ledelse af fysioterapeut været afholdt 7 inspirationsdage og diverse motionskonkurrencer mellem klasserne med involvering af både lærere og elever. Sidstnævnte konkurrencer løb over fire uger, hvor fysioterapeuten hver uge offentliggjorde oversigt over resultater dog ikke på Auto. Endelig afholdt lærere på Transport og Logistik linjen to ugentlige motionstimer i en nærliggende sportshal. Dette faste tiltag blev fravalgt på Auto linjen. På Transport/Logistik udvidede man efter jul tilbuddet med to timers fitness i nærliggende fitnesscenter. Generelt har de skitserede aktiviteter primært fundet sted i den sidste del af skoleåret.

Vægtstophold

Projektet havde planlagt et vægtstopforløb – syv møder med inspiration til "små skridt" afholdt af Holstebro Sundhedscenter. Aftalen var, at klasselærerne skulle inspirere eleverne til deltagelse ved at uddele materiale i klasserne. Vægtstopholdene skulle foregå uden for skoletiden, da der desværre ikke kunne afsættes tid i skoletiden. Pga. manglende tilslutning måtte vægtstopholdene aflyses.

Kost

Anderledes var det med kostindsatsen. Kantinen på erhvervsskolen var allerede fra projektstart i august 2014 i gang med at servere sund mad for eleverne, da skolen er nøglehulscertificeret¹. Som en del af partnerskabet blev denne indsats udvidet med yderligere to komponenter:

Morgenmadsklub

Fra projektstart er der serveret sund fælles morgenmad for eleverne. Måltidet er sponsoreret af to af partnerskabets parter, Arla med lette oste- og mælkeprodukter samt Schulstad/Lantmännen med fuldkorns- nøglehulsmærket brød. Lærerne valgte, at morgenmaden skulle indtages på klassen, så der var mulighed for fælles social klasseaktivitet.

Nudging i kantinen

Desuden blev der fra projektstart indført "nudging i kantinen", dvs. små ændringer i kantinens indretning og kommunikationen til eleverne, der tilsammen skulle understøtte dem til en sundere kostadfærd.

Følgende nudging-tiltag blev gennemført i kantinen:

- Fodspor til kantinen "følg mig"
- Facebook gruppe der inviterer til den sunde mad
- Indbydende og hjælpsom stemning (skolens malerafdeling skal dekorere kantinen)
- Laminerede plakater fra www.voresmad.dk "vidste du at.." ophængt i kantine og klasselokaler
- Energidrikke fjernet fra kantinens sortiment
- Sodavand og energidrikke må ikke medbringes i klasselokalerne
- Fremvisning af salaten optimeret
- Der tilbydes "normal tallerken"/"stor tallerken" – tidligere var det "lille tallerken"/"stor tallerken"
- Nøglehulsmærkede brødtyper i større kurve og placeres længst fremme på buffeten

¹ Uddannelsescenter Holstebro indgår i et projekt om nøglehulscertificering på erhvervsskoler, der er et samarbejde mellem Måltidspartnerskabet, Sekretariatet for Nøglehul på spisesteder FVST, Kost og ernæringsforbundet, Landbrug & Fødevarer, FOA, Horesta og Hjerteforeningen.

- Transparentfilm er klistret på køleskabslågen, så sodavand ikke kan ses
- Mængde af slik og placering er ændret

Rygning

Projektets indsats på rygeområdet bestod af initiativer på følgende tre områder

Rygeregler

Ved projektopstart var rygepolitikken, at både lærere og elever måtte ryge udendørs på to afgrænsede områder, hvilket dog ikke blev håndhævet med det resultat, at der blev røget frit mange steder udendørs. Der har derfor løbende været en dialog med skoleledelsen om at ændre den eksisterende rygepolitik primært for at begrænse synligheden og dermed normen om rygning på skolen. Intentionen var at indskærpe rygning til få steder. Det lykkedes at indskærpe, at elever og lærere kun må ryge på de to afmærkede områder, hvilket medførte en større håndhævelse af reglerne. Det har dog ikke været muligt under projektperioden at stramme rygereglerne yderligere.

Informationsindsats

I den sidste del af skoleåret, blev der igangsat en informationsindsats om rygning der dels skulle motivere rygerne til rygestop og dels skabe opmærksomhed om rygningens skadevirkninger i en arbejdsmiljøsammenhæng. Der blev opsat "Skod det nu" plakater og afholdt oplæg ved kommunens sundhedskonsulent og politiet om rygningens skadevirkninger samt den øgede risiko for at rygning kan føre til brug af forbudte stoffer (hash, LSD mv.). Endelig har Danmarks Lungeforening, i samarbejde med et panel af skolens elever og lærere, udviklet undervisningsmaterialet "Lunger på arbejde". Dette materiale er udviklet som inspiration til undervisningen inden for området "Samfund og Sundhed" beskrevet i den nye bekendtgørelse for den nye erhvervsskolereform med igangsættelse fra sommeren 2015. Se hele materialet på www.lungerpaarbejde.dk. Dette element er udviklet i løbet af skoleåret, og har derfor ikke indgået i evalueringen.

Rygestop

Ved lancering af www.lungerpaarbejde.dk, blev der på skolen sat særligt fokus på lunger og sundhed ved afholdelse af rygestopevent/happening om lungefunktion, lungekapacitet, forurening på arbejdspladsen og kulilteindhold i elevernes udåndingsluft primært pga. rygning. Som yderligere supplement blev to lærere på Transport og Logistik linjen uddannet som ungdomsrygestop-instruktører, så eleverne kunne tilbydes rygestophjælp på skolen. Af organisatoriske årsager (manglende skematid til instruktørerne) lykkedes det desværre ikke at oprette disse rygestophold. Derfor indgår dette element ikke i evalueringen.

Sammendrag

Undersøgelsens resultater falder i to dele. Den summative del vedrører resultater fra spørgeskemaer hvor der med selvrapportering er spurgt til elevernes sundhedsadfærd og handlekompetencer. Der er tale om tre spørgetidspunkter fordelt over 2014 og 2015 og de er refereret til som startmåling (første måling ved skole- og projektstart), midtvejsmåling (måling midt på skoleåret) og slutmåling (slutning af skoleåret). Konklusionerne på disse data, har været underkastet statistisk analyse. Resultaterne fra den formative del søger at forstå projektets forløb set med interessenternes øjne og bygger på interviews med ledelse, mellemlidelse, lærere, kantinepersonale og elever. Resultaterne fra den sidste del er tematiseret i forhold til de emner, der udkrystalliserede sig ved første interviewrunde midtvejs i projektet. Det drejer sig om meninger om de enkelte risikofaktorinitiativer, 45 minutters motion som blev gennemført blandt transporteleverne, power breaks motion som blev gennemført blandt eleverne på automekanikerlinjen, meninger om organisering af sundhedsprojektet, holdninger til sundhed, karriere og job, spørgsmålet om de rigtige værktøjer, kompetencer, kurser etc. der er til stede og endelig spørgsmålet om, hvorvidt sundhedsprojekter bedst organiseres in-house eller udliciteret. Følgende anbefalinger kan på baggrund af resultaterne gives til andre erhvervsskoler, som ønsker større fokus på sundhed.

Anbefalinger

Inddrag alle nødvendige interessenter: Sundhed er en opgave der kræver opbakning og ikke mindst praktisk og teoretisk viden fra en lang række aktører. Opbakning fra såvel ledelse (top down) er afgørende, men det samme gælder de underliggende niveauer. Lærere og linjeledere sidder inde med en afgørende praktisk viden om undervisningsrammer og forløb, som er vigtig når sundhedsaktiviteter skal passes ind. Derfor bør en tydelig ledelsesstyret ledelse af sundheden gå hånd i hånd med en deltagelsesorienteret bottom-up ledelse. Inddragelse af eleverne er ligeledes vigtig. Andre vigtige aktører er kommunen, regionen, arbejdsgiverne, familierne, foreningerne og borgerne i lokalsamfundet der alle har naturlige interesser i at fremme sundhed selvstændigt eller som en del af andre vigtige agendaer. Ud af disse er kommunens sundhedsafdeling en særlig vigtig interessant, da de typisk har viden og kompetencerne på området. De lokale interessenter er i forvejen inddraget i projektets formidling, som leverandører, som oplægsholdere, som rollemodeller etc. Heri ligger også, at diverse interessenter vil have gavn af at drøfter konsekvenser inden man igangsætter sundhedsinitiativer f.eks. at der går tid fra den normale undervisning (som det var tilfældet med morgenmadsklubben), mindre omsætning for kantinen, personalet skal se sig selv som rollemodeller etc. og fælles pædagogiske aftaler mellem lærerne om hvordan man håndterer mindre ressourcestærke elever, som ikke er motiveret for at deltage i de fysiske aktiviteter.

Anvend en bred forståelse af sundhed: Det risikofaktorbaserede sundhedsbegreb tager udgangspunkt i de såkaldte KRAM faktorer Kost, Rygning, Alkohol og Motion. Adfærd på disse områder har i såvel interventions- som i epidemiologiske undersøgelser vist sig at have en sammenhæng med forekomst af livsstilsrelaterede sygdomme som kræft, diabetes type II og hjertekar sygdomme. Et sådant sundhedsbegreb har dog svært ved at vinde indpas isoleret set på erhvervsskolen og i forhold til målgruppen. Med en risikofaktor orienteret tilgang er der fare for, at distancere sig fra målgruppen der i langt overvejende grad benytter sig af en hverdagslivsorienteret tilgang til sundhed. Der bør i stedet i højere grad skabes en fælles sundhedsforståelse for hele skolen og for alle dens aktører. Det bør tage udgangspunkt i lærernes og elevernes forståelse af sundhed om omfattende faktorer, som det gode liv, karriere, ergonomi, familieliv, velvære, det sammenhængende arbejdsliv etc. Det elitære

sundhedsbegreb er vigtigt for at sikre projektets autoritet og offentligheden om det, men bør i den praktiske udrulning nedtones i forhold til det bredere og mere folkelige sundhedsbegreb.

Byg videre på de gode erfaringer med motion: Begge linjer har mødt udfordringer med at implementere lovkravet om 45 minutters motion, men begge linjer har positive erfaringer med hver sin måde at gøre det på henholdsvis som koncentrerede samlede forløb og som breaks i løbet af dagen. Denne fleksibilitet og metodefrihed bør bibeholdes. Det kan overvejes at undersøge potentialet i den problembaserede læring (PBL). Med en PBL tilgang tages der udgangspunkt i det konkrete problem = opgaven og ikke i regler og teori. Det bør ske i tæt samarbejde med grundforløbslærerne og ved at eksperimentere med at indbygge elementer af sundhed i undervisningen "on location". Dette bør organiseres linjevis og have til hensigt at afprøve i hvor høj grad sundhedsaktiviteter i relation til motion, kost og rygning kan bringes ind som problembaseret undervisning og i hvor høj grad "sted" og "plads" kan fungere som didaktisk udgangspunkt. Erfaringer fra den understøttende undervisning i folkeskolen vil kunne udnyttes. Erfaringen fra elev interviews viser der bør være en vis grad af styring på aktiviteterne, så eleverne føler en retning i læringen og motiveres i deres træning, De kvantitative fund bekræfter denne antagelse i form af faldende handlekompetence og manglende forbedring i ugentlig fysisk træningstid hos eleverne.

Vedtag og gennemfør rygeforebyggende indsatser: Mens der særligt på kostområdet kan spores såvel gode resultater som erfaringer, så har sundhedsprojektet ikke været succesfuldt, hvad angår implementering af rygestoptilbud til eleverne og en mere restriktiv rygepolitik. Det ses af de kvantitative data for så vidt angår elevernes rygevaner og det fremgår tydeligt af interviews, at politikken omkring rygning kunne gøres mere konsekvent. Rygestopinstruktørinitiativet har ikke været en succes på trods af at instruktører er blevet uddannet lokalt, hvilket angiveligt skyldes manglende lederopbakning til at allokere de nødvendige timer til reel rygestoprådgivning i skoletiden. Desuden har der ikke været det nødvendige samarbejde mellem det kommunale rygestoptilbud og det skolebaserede rygestoptilbud. I koordineringen mellem de kommunale og skolebaserede initiativer er det oplagt at have en tæt dialog, samarbejde og vidensdeling med kommunens rygestop instruktører, der har betydelig erfaring på området. Andre initiativer der støtter op om at motivere eleverne til

rygestop såsom events, informationsindsats og undervisning bør igangsættes for at skabe større fokus på rygning.

Stil kursusmuligheder og hjælpeværktøjer til rådighed: Sundhed er ikke bare et tema, men i lige så høj grad en færdighed. Udviklingen af autoritative, afprøvede og robuste værktøjer, der kan hjælpe til at planlægge tematiske didaktiske forløb bør styrkes. Gennemgående efterlyses der blandt underviserne autoritative, afprøvede og robuste værktøjer, der kan hjælpe lærerne til at tematisere og indbygge elementer af sundhed i dagligdagen. Det handler om konkrete og nøglefærdige værktøjer og kurser. Sådanne kan tematiseres som specifikke for kost, rygning og motion eller de kan være tværgående. De bør i videst muligt omfang tænkes indpasset i konkrete fagligt fokuserede undervisningsaktiviteter, eksempelvis som problembaseret læring lig det webbaserede undervisningsprogram "Lunger på arbejde" fra Lungeforeningen. Mangel på færdigheder og kompetencer til at undervise og formidle sundhedsemner er ligeledes et gennemgående tema i interviews med lærerne. Succesfuld undervisning kræver ikke bare viden, men også praktiske færdigheder, mestring og træning. Det vil kunne opnås med passende kursustilbud til lærerne og det bør sikres at den nødvendige tid stilles til rådighed. Kommunen kan spille en vigtig rolle her når det gælder lærerkræfter. Overordnet set handler det om om kapacitetsopbygning – herunder at udveksling af erfaring, redskaber og viden om sundhedsundervisning skal foregå lokalt på skolen, men hvor det er nødvendigt og gavnligt at eksterne kræfter bidrager.

Gør sundhed til en del af skolens organisation: Overordnet set handler det om at skolen fra starten forholder sig til om de mener, at have et medansvar for elevernes sundhed. Hvis skolens ledelse og ansatte ikke har haft den snak fra starten, risikerer man diskussioner undervejs i forløbet der risikerer at gå ud over indsatsen. Det gjaldt f.eks den aktivitet der havde med tilbud om væggtab og rygestop at gøre i relation til om indsatsen skulle foregå i kommuneregi og ikke på skolen som oprindeligt aftalt. Hvad angår sundhedsrådet så er det en central institution når det gælder organisering af sundhedsinitiativer og er en vigtig forudsætning for at alle nødvendige interessenter bliver hørt og inddraget. Skolens planlægning af timer og undervisning er kendetegnet ved at ske lokalt og at være fleksibelt og ad-hoc baseret efter de aktuelle læringsbehov. Dette bør der i højere grad tages hensyn til

ved mødeplacering, indkaldelser etc. Møder vil med fordel kunne placeres tidligere på dagen med henblik på at sikre så stor mødedeltagelse som muligt. Men det er værd at notere at dette alene ikke giver garanti for succes. I projektet var manglende fremmøde et udbredt problem, angiveligt forårsaget af manglende prioritering af sundhed som ledelsesemne. Projektet blev i vid udstrækning opfattet som et muligt tilvalg og ikke et møde med mødepligt. Det kan overvejes at lade kommunen eller andre med erfaring fra sundhedsprojekter stille sekretariatsbistand til rådighed for sundhedsrådet.

Sæt sundhed på dagsordenen i debatten om erhvervsskolerne: Sundhed på erhvervsskolen er en konkret indsats rettet mod den sociale skævhed i sundhed. Derfor er projektets resultater vigtige og af stor betydning lokalt, men har derudover et stort potentiale i et større perspektiv. Derfor bør initiativet følges af en politikskabende indsats. Vigtige medspillere her omfatter Erhvervsskoleforeningen, lærerorganisationer, Måltidspartnerskabet samt Netværket for Sundhedsfremme på Erhvervsskoler. Fremtidige initiativer bør omfatte evaluering og her er det risikofaktorfokuserede sundhedsbegreb afgørende i forhold til at kunne dokumentere effekten af indsatsen. Denne dokumentation vurderes som værende afgørende for at kunne sikre opmærksomhed politisk, fagligt og offentligt. Videnskabelig publicering og pressedækning bør gå hånd i hånd.

Effekt af indsatsen: Resultaterne fra den kvantitative del viser, at der overordnet set i perioden fra startmåling til midtvejsmålingerne dvs. fra august – december 2014 er sket en sundhedsmæssig positiv udvikling i antallet af elever, der dagligt spiser morgenmad og i antallet af elever der max drikker en halv liter energidrik pr. uge og handlekompetence i forhold til rygning og fysisk aktivitet.

Resultaterne viser ydermere at der i perioden mellem midtvejs og slutmålingerne dvs. fra december 2014 til maj 2015 er sket en sundhedsmæssig positiv udvikling i antallet af elever der kun spiser slik en til to gange ugentligt eller derunder. Derimod er der sket en sundhedsmæssig negativ udvikling i antallet af elever med høj handlekompetence set i relation til fysisk aktivitet. Det lader altså til at den effekt der blev registreret i opstartsfasen indenfor dette effektmål, aftager hen imod slutningen af interventionen.

Resultaterne viser endelig at der for hele interventionsperioden fra august 2014 – maj 2015 er sket en sundhedsmæssig positiv udvikling i antallet af elever, der dagligt spiser morgenmad og som max drikker

en halv liter energidrik pr. uge og færre der spiser usundt. Desuden stiger andelen med høj handlekompetence i relation til rygning.

Samlet set tyder resultaterne på at programmet har haft størst positiv indflydelse på kost området og kun i begrænset omfang fra starten til slutningen af interventionsperioden i forhold til handlekompetence. Der kan derimod ikke spores nogen målbar effekt på ryge- og motionsområderne. Årsagen til dette kan være mange, men kan nok især tilskrives en sen eller manglende igangsættelse af flere af tiltagene. Motionstiltagene foregik således primært i den sidste halvdel af skoleåret, på rygeområdet blev rygestopdelen ikke igangsat, rygepolitikken blev kun strammet minimalt og undervisningsmaterialet www.lungerpaarbejde.dk udviklet som en del af projektet, og har derfor ikke indgået i evalueringen. Kun kosttiltagene blev sat i gang som planlagt fra starten af skoleåret.

Formål

Det overordnede formål med analysen har været at:

- sammenfatte vigtige essenser fra interviews og effektmålinger samt at beskrive en best practice til brug for skoleledere, lærere samt politikere.

De specifikke mål har været at:

- beskrive syn på medansvar for elevernes sundhed herunder hvad har været nemt/svært, hvad der konkret er sket af synlige ændringer på skolen og om de har oplevet en forandring af sundhedsfremmende karakter hos eleverne
- identificere hvilke konkrete barrierer skolens ledelse har stået overfor gennem projektet
- beskrive fremadrettet handlingsorienterede råd til hvorledes modellen i fremtiden kan anvendes på andre erhvervsskoler i Danmark.
- beskrive udfordringer og muligheder set i politisk kontekst ved implementering af interventionen herunder hvad politikernes rolle er og hvordan der bedst samarbejdes på makro, meso og mikroniveau
- beskrive interviewede elevers evaluering/syn på interventionen.
- undersøge hvor de langsigtede udfordringer er i forbindelse med implementering.

Metode

Kvalitativ del

Der er gennemført semistrukturerede interviews med henblik på at undersøge projektets *forløb hidtil*, den *nuværende status* og *perspektiver og eventuelle barrierer* for det videre forløb af projektet. Interviews blev gennemført i grupper og struktureret i overensstemmelse med nævnte formål. Gruppeinterviews blev struktureret efter risikofaktorerne, således at identifikation af konkrete fremskridt, synlige ændringer på skolen, sundhedsfremskridt blandt eleverne etc blev kategoriseret efter kost, motion og rygning. Empiriindsamlingen omfattede to x gruppeinterviews med lærere (cirka en time) samt tre x gruppeinterviews med øverste ledere, mellemledere og kantineansatte (cirka 45 minutter - en time). Empiriindsamlingen tog udgangspunkt i den Whole School Approach tilgang som bl.a. er benyttet af AAU i Morgenmadsklubben-på-Erhvervsskoler projektet: den antager at ledelse, lærerstab og kantine er afgørende interessenter i vellykket sundhedsfremme. Metoden bygger videre på Christensen et al (2014). Alle interviews blev optaget med tilladelse fra berørte parter for at lette transskribering, kodning og de senere analyser af data fra interviewene. Kodning blev gennemført ved hjælp af dataanalyseprogrammet NVivo og proceduren for kodning var opdelt i følgende fire trin der bygger på Christensen, Schmidt og Dyhr (2007): 1) gennemgang af indsamlede data med henblik på at opnå overordnede og generelle indtryk, 2) systematisering af interviews i temaer og identifikation af vigtigste enheder, 3) kondensering af tekstenhederne og 4) beskrivelse af indhold og identifikation af citater. Spørgeguider er vedlagt som bilag.

Informanterne repræsenterer fem typer af interessenter: elever, ledelse, faglærere, lærere og kantine. Informanterne udgøres af følgende: Elever Auto: EA1, EA2 og EA3. Elever Transport: ET1, ET2 og ET3. Ledelse: Vicedir., chef for erhvervsuddannelser JK og Uddannelsesleder HT. Faglærere Transport: VB og MD. Faglærere Auto: LD og PM. Kantinemedarbejdere: Køkkenchef MB og Kantinemedarbejder LJ.

Kvantitativ del

Den kvantitative del bygger på resultater fra de spørgeskemaer, der er blevet besvaret af eleverne ved tre lejligheder i løbet af skoleåret 2014-2015: startmåling, midvejsmåling og slutmåling. Eleverne er

blevet spurgt om adfærd og kompetencer i forhold til kost, rygning og motion samt baggrundsoplysninger. De operationelle målepunkter for opnåelse af sundhedseffekt på individ niveau var:

Motion

- Dyrker mindst 3½ times motion pr. uge
- Høj handlekompetence i forhold til hyppig motion

Kost og væske

- Har dagligt spist morgenmad de sidste seks mdr.
- Drikker max ½ liter sodavand pr. uge
- Drikker max ½ liter energidrik pr. uge
- Høj handlekompetence i forhold til sund kost

Rygning

- Færre ryger dagligt
- Høj handlekompetence i forhold til ikke at ryge

Resultater

Kvalitativ del

Gennemgang af resultater er organiseret i temaer. Først ser vi på meninger om de enkelte risikofaktorinitiativer og derefter ser vi tværgående på projektet i forhold til spørgsmålet om organisering af sundhed.

- A. Meninger om de enkelte risikofaktorinitiativer
 1. Morgenmadsklubben
 2. Kantineaktiviteter (nudging, slik etc.)
 3. Energidrikinitiativet
 4. Motionsinitiativet. (45 min koncentreret eller speed breaks)
 5. Rygestopinitiativet
 6. Vægtstopinitiativet
- B. Meninger om organisering af sundhed (tværgående)
 7. Sundhedsrådet

8. Organisering af ryge/vægtstop: In-house UCH eller i kommunen?
9. Sundhed, karriere og job
10. Har vi de rigtige værktøjer, kursus etc.
11. Organisering af sundheden. Hjerterforening eller in-house UCH.

Meninger om de enkelte risikofaktorinitiativer

Morgenmadsklubben

Erfaringerne med morgenmadsklubben har fra både ledere, lærere og elevers synspunkt været rigtig gode. Her fortæller uddannelsesleder HT, hvordan han oplever morgenmadsklubben:

"Jamen, det kører fint. Altså hver gang, de har hentet morgenmaden, så spiser de morgenmad sammen med eleverne, så får de lidt at spise fra morgenstunden af, og det er der rigtig mange af dem, der aldrig har gjort tidligere, så det er alene af den grund, at lærerne også i perioder kan mærke, de har mere energi fra morgenstunden af. Det har haft en effekt. Men hvor meget effekt, det har, det kan jeg sgu ikke udtale mig om. Når man ikke ved, hvor meget de har spist tidligere."(HT, uddannelsesleder).

HT mener altså, at morgenmadsklubben har haft en positiv effekt, men at *hvor stor* effekten er, er svært at vurdere. Dette underbygges i nedenstående citater af MD og VB, der begge er faglærere på transport- og logistiklinjen, der også påpeger, at de ikke har et reelt sammenligningsgrundlag, da de kun oplever eleverne *efter* interventionen. Dette ser de som et problem i forhold til at kunne beskrive effekten af morgenmadsklubben. MD beskriver:

"[...] vi har jo ikke haft dem et halvt år, hvor man kan sige, de har kørt uden og et halvt år, hvor vi har kørt med. De har jo været i systemet med vores motion og vores morgenmad.. [...] Så om der decideret har været en udvikling, fordi det har der jo nok, men vi kan ikke måle den som sådan, fordi vi har kørt det hele tiden. Så vi har ikke noget før-og-efter-billede." (MD, faglærer, transport- og logistiklinjen)

De er dog begge enige i, at morgenmaden har haft en positiv effekt og udvikling, og at der ikke længere stilles spørgsmålstejn ved den fra elevernes side. De oplever endvidere, at det *ikke* er alle, der deltager

i indtagelsen af rundstykker, men at nogle derimod kun er med til den "sociale del", der også ligger deri ved blot at sidde med til bords. Dog er deltagelsen i deres optik under positiv udvikling.

Den positive effekt og udvikling er i høj grad noget, som faglærer LK er meget enig i. I nedenstående citat fortæller hun om hendes oplevelse af, hvordan morgenmadsklubben har haft en meget positiv effekt, samt hvordan holdningen hertil gennem projektforløbet har ændret sig hos eleverne:

"Det [morgenmadsklubben] har altså også været rigtig godt. [...] Når man starter, så er der ikke så mange, der spiser, men lige pludselig så spiser de næsten stort set alle sammen. Så er man en del af et fællesskab. Og den der hygge fra morgenen af er en god start. [...] Der var måske nogle i starten, der sagde "hvorforskal vi spise morgenmad?", men det er der ikke mere. Altså øh, øh, det er ligesom, at det er en dagligdag. Altså, det er noget, de godt kan lide. Og nogle gange, så henter vi også vognen før, fordi de vil da gerne sidde og hygge om det her morgenmad. De vil jo gerne ha' rigtig, rigtig god tid til det og hygge." (LK, faglærer).

PM, der er faglærer på automekanikerlinjen mener endvidere, at morgenmaden er et af de vigtigste tiltag i forbindelse med projektet, og han underbygger LK's udsagn om, at der er sket en vigtig holdningsændring hos eleverne.

"Eleverne de var faktisk ikke nemme at få i gang med det her [...] jeg hørte for det den første uge. Vi var 20, og jeg tror, at der ligger 12 rundstykker tilbage igen. I dag, der er det næsten spist op. I dag spiser alle - undtagen dem, der ikke er der, selvfølgelig. Og det der er den store forandring, det er, at om morgenen så sidder de faktisk sammen og spiser det her rundstykke, og det er sådan et fiberrundstykke, og det er en fantastisk god start for det første. Og for det andet så får de lidt energi." (PM, faglærer, automekanikerlinjen)

PM mener endvidere, at eleverne er meget begejstrede, og finder morgenmadsklubben "fantastisk", og når han spørger, hvad der er fantastisk ved det, så er den ene ting, at de ikke fik morgenmad, hvis ikke de fik det på UCH. Kun 1/12 i hans klasse fik morgenmad, hvis det ikke var for projektet. Eleverne vil ud fra hans vurdering "helst ikke" opgive morgenmadsprojektet. Et andet aspekt, han belyser, er, at

eleverne oplever en økonomisk gevinst ved morgenmadsklubben, da de ikke selv har udgifter forbundet hermed:

"Noget vi synes, der er positivt – jeg har mange inde ved mig, der bor alene – de siger det [morgenmadsklubben] er en stor, utrolig, god økonomisk hjælp for dem." (PM, faglærer, automekanikerlinjen).

Set fra de interviewede elevers synspunkt, er morgenmadsklubben også en klar succes, og de deltager alle deri. De er glade for, at der er tid til morgenmaden, og de oplever, at deres lærere spiser med, og at det er et rum for "hyggesnak". ET2, der er elev på transport- og logistik udtaler blandt andet, at han ikke vil få morgenmad, hvis ikke han var med i morgenmadsklubben

[...] Så jeg får en god morgenmad, for ellers så ville jeg ikke få noget at spise før til middag, hvis jeg får noget at spise før aftensmad. [...] altså til at starte med, der ville jeg hverken få morgenmad eller middagsmad, før vi når til aftensmad. Så ville jeg nok kværne alle tre middage på én gang, men efter vi er startet heroppe og fået den der rytme med, at morgenmaden er klokken otte og så er der igen kaffe der ved 10-tiden, og så er der frokost klokken 12. Og så plejer jeg lige at få lidt at spise der ved tre-tiden og så igen til aftensmad." (ET2, elev, transport- og logistiklinjen)

ET2 har altså fået både en morgenmadsrutine og mere struktur på resten af sine måltider. Noget eleverne mener, at mange af dem har fået.

Der opleves fra interviewpersonernes synspunkt forskellige fejl, mangler og konsekvenser ved morgenmadsklubben, alt efter hvilket "niveau" i institutionen, der spørges på. Hos eleverne påtaler de mangler i form af juice og almindeligt smør. Eleven ET2 fra transport- og logistik mener endvidere, at man bør gennemgå produkterne for at undgå indtag af sødemidlet Aspartam. Noget, som han meget gerne selv vil undgå.

Hos lærerene er vandene delt i forhold til, om morgenmadsklubben tager for lang tid og går ud over undervisningen. Faglærer PM fra automekanikerlinjen udtaler, at "man kan sagtens være færdig tidligt", og at de på hans klasse er færdige 8:10. I samme interview udtaler faglærer LD, også fra

automekanikerlinjen, at "det har vi altså tid til, at der går 20 minutter med det". Under interviewet med dem er der altså en positiv stemning for morgenmadsklubbens effekt og dens tidsperspektiv. VB, der er faglærer på transport- og logistiklinjen, mener derimod, at det tager for meget af undervisningstiden – selvom hun mener, at tiltaget er vigtigt, da hun oplever, at der går op til tre kvarter med morgenmadsklubben. Hun udtaler:

"[...] men altså i mit perspektiv, så er jeg ked af, at det tager så lang tid om morgenen før man kan få lov til at komme i gang med undervisningen. Og der tænker jeg, at der fremadrettet er noget at arbejde på, fordi den første halve time- tre kvarter går med morgenmad, så der er ingen læring i den periode." (VB, faglærer, transport- og logistiklinjen).

Hun savner altså læring i perioden, og hun mener, at eleverne gerne vil bruge op til tre kvarter på morgenmadsklubben, på trods af at hun af og til stopper den tidligere.

En anden konsekvens ved morgenmadsklubben er, at der fra ledernes synspunkt er et tab af omsætning i blandt andet kantinen, hvilket kræver, at man inden projektets start gennemgår de tilsigtede og utilsigtede konsekvenser internt i "huset". Dette uddyber Vicedir., chef for erhvervsuddannelser, JK, i nedenstående citat, hvor han fortæller om udfordringen ved de nye ændringer set fra hans synspunkt:

"Vi har en, en kantinedrift på hele UCH, der omsætter for 8-8,5 million, og deres omsætning er faldet. Og når jeg så engang imellem prøver at tælle, tilrette og udfordre vores kantinechef eller vores køkkenchef og siger: "Ved I hvad, vi har en udfordring, fordi vores omkostning er stadigvæk for stor i kantinen", så skal jeg så også høre på: "Jamen, I giver også eleverne gratis morgenmad ude på Bastrupgårdvej og dermed går omsætningen også fra min kantine." Det, det er nogle af de ting, som man skal være klar over inden, man starter op og siger: "Prøv hør her. Nu sætter vi det her i gang. Hvad konsekvenser har det så for os internt i huset?" Og de konsekvenser, dem er man nødt til at være bevidste om fra starten og have snakket igennem, fordi de kommer, de ting." (JK, Vicedirektør, chef for erhvervsuddannelser).

Kantineaktiviteterne

Eleverne er bekendte med de tiltag, der er blevet gjort i forhold til kantinen og sundhedsfremme. I transporteleven, ET2's øjne, ligner kantinen sig selv, som den så ud for 10 år siden. Han påpeger, at der er lige så meget grønt som dengang, men han og de andre har dog bemærket nøglehulsmærkningen, hvorigennem kantinen sundhed signaleres. Dette ses i følgende:

"De reklamerer da med, at det er nøglehulsmærket og alt mulig andet og sådan noget, så man går ud fra, det er godt. [...] de har sløret alle de usunde ting [...] Jeg har hørt, at det skulle være sund mad og sådan noget, men øh jeg er, jeg er nu mest tilfreds med min hjemmesmurte madpakke." (ET2, elev, transport- og logistik, transportlinjen).

På trods af at der er lagt mærke til de sundere alternativer, benytter han ikke kantinen sine sunde varer, men har i stedet sin egen madpakke med. Dette ses generelt hos eleverne som blandt andet mener, at kantinen varer er for dyre. Følgende udsagn er fra henholdsvis ET2 og ET1:

"Ja og så.. sælge det lidt billigere end.. så der også er råd til det på en SU, hvis man ikke lige har fået sin madpakke med. " (ibid.).

"Ja, hvis du skal have bare en stor – en stor portion middagsmad med en halv liter vand til. Det koster 50 kroner. Det er altså meget på, på en uge." (ET1, elev, transport- og logistiklinjen, transport, red.)

Faglæreren for transport, VB, mener, at den eneste ændring i kantinen i forhold til sundhedsfremme, er fraværet af sukkerholdige varer, såsom energidrikke og slik. Slikket blev ifølge hende fjernet, da det blot stod og samlede støv og til sidst ikke solgte. Selvom fraværet af sukkerholdige varer måske er den eneste ændring, der er foretaget, ses denne fra ledelsens side som essentiel i forhold til sundhedsfremme. Ifølge vicedirektør og chef for erhvervsuddannelser, JK, har det eksempelvis været vigtigt at sløre og fjerne usunde sukkerholdige varer for netop at sikre, at:

"de [eleverne] [ikke] fylder sig med energidrikke og alt muligt andet i det her sted – på det her sted. Så dermed også kigge på vores sortiment i vores kantine." (JK, vicedir., chef for erhvervsuddannelser).

Ovenstående er Lars Dalsgaard, som er faglærer for auto enig i. Hvis man spørger ham, er fraværet af nævnte "sukkervarer" den vigtigste ændring, der har været i kantinen. Det er nu muligt at:

"[...] stille sin mad ned på disken uden den står fuld af slik [...] og det gør da en vis forskel tror jeg, at det [energisdrikke] bliver forbudt i en klasse, men efter at de så er forsvundet fra kantinen, så ser vi dem stort set ikke mere." (LD, faglærer, automekanikerlinjen).

I forlængelse heraf forklarer PM, faglærer for auto, at kantinen til at begynde med var utilfredse med denne ændring, da de tabte omkostning. Dog skal man med denne udtagelse have for øje, at det *ikke* er kantinens eget udsagn, hvorfor det ikke er muligt reelt at se, hvorvidt kantinen *har* lidt et stort økonomisk tab.

Ifølge eleverne er det forskelligt, hvordan de påvirkes af kantinens sunde ændringer. For autoeleven, EA1, kommer den personlige effekt an på, hvem man er og ET2 nævner i forlængelse heraf, at:

"Det er ikke sådan, det springer frem i mit hoved sådan man har lyst til det. Det er en mulighed, man kan vælge og vrage" (ET2, elev, transport- og logistik, transport).

Som det nævnes i ovenstående er det altså forskelligt, hvordan ændringerne i kantinen påvirker eleverne og hvordan de benytter kantinen. I forlængelse af dette påpeger faglæreren for transport, MD, at der ikke er registrering af elevernes brug eller sundhedsvaner i forhold til deres sundhedsvaner, hvorfor det ikke er muligt at sige, hvordan eleverne decideret bliver påvirket af de nye ændringer. Dette udtrykkes i nedenstående:

"Altså, vi har ikke en registrering af.. Altså, de går rigtig meget op i kantinen. Men vi har ikke nogen registreringer af, hvad deres vaner er kantine-mæssigt. Der er en del, der har madpakker med og gør i det, men deres kantinevaner og sådan noget, det har vi godt nok ikke ret meget styr på, om de, hvad de bedriver der. Det er ikke. Der har vi ikke stået. Altså, der har været folk her, der har talt og lavet en gang ikke i forbindelse med fodsporene og få dem ind og sådan noget, men det er jo også lige så meget fordi, vi har jo almindelige kursister, der er her, så det er jo ikke kun grundforløb og EUD og sådan noget, der er en masse andre ting i huset." (MD, faglærer for transport).

Afslutningsvis kan på baggrund af ovenstående siges, at eleverne, trods nøglehulsmærkning og reklamering for sundere kantine, generelt har deres egne madpakker med, da de finder kantinens priser for dyre. Dertil ses fraværet af energidrikke og slik som den største ændring i kantine, hvorfor energidrikkene stort set ikke længere ses på skolens grund. Sidst men ikke mindst er det ikke registreret, hvorvidt kantinens ændringer påvirker elevernes sundhedsvaner.

Energidrikinitiativet

Fra ledernes synspunkt er de rigtig glade for, at de selv og lærerne er blevet "klogere", så de forstår at sætte et fokus på sundhed i forbindelse med energidrikindtag, og ikke bare "forbyde" det. De oplever endvidere, at lærerne giver udtryk for en meget positiv fremgang i elevernes energiniveau efter at energidrikkene er fjernet fra kantinens sortiment samt forbudt på klasserne. Nedenstående citat er af uddannelsesleder HT om den største ændring, han kan pege på i forhold til elevernes sundhed på UCH:

"Ja, de er lidt nemmere at have med at gøre, for de er ikke så højt oppe i gear – blandt andet fordi de har fjernet de energidrikke og det, de havde. Det gik der jo meget af. Det er sådan set det, jeg har hørt mest til, at man kan mærke forskellen på. Det er lidt nemmere at have med eleverne at gøre, for de er ikke så højt oppe at ringe fra morgenstunden af, fordi de ikke er startet med en energidrik og de er lidt mere vågne, når de får noget mad fra morgenstunden og sådan. Det kan de godt mærke forskellen på – men igen- det er andenhånds [information]" (HT, Uddannelsesleder, red.).

I tråd med ovenstående var alle de adspurgte lærere meget begejstrede for, at energidrikkene er forsvundet. Flere af dem har haft dem forbudt i deres klasser i nogle år, men efter de er fjernet fra kantine, så mener flertallet, at de næsten ikke ser dem mere. Kursuscenterleder, AM, mener dog stadig, at eleverne har dem, når de møder ind på skolen, men faglærer LK forklarer, at bare et meget begrænset indtag har haft en mærkbar effekt.

"Men jeg synes, efter vi har sagt i vores klasse i hvert fald, at i timerne der vil vi ikke se de her energidrikke, og vi vil ikke se altså sukkerholdige drikke, sodavand og sådan noget. Det må de ikke drikke i timerne, men i deres pauser kan vi ikke bestemme. Og det begrænser mængden af indtaget i løbet af dagen. Og det kan vi sagtens mærke. Der har været en væsentlig forskel." (LK, faglærer).

Også faglærerne, LD og PM, på automekanikerlinjen oplever en meget positiv effekt hos deres elever, og begge er meget begejstrede for initiativet, de efter eget udsagn selv har haft praktiseret på deres klasser i flere år. Før energidrikstiltaget oplevede de, at deres elever blandt andet ikke kunne sove om natten og mødte op "totalt søvnige". PM har endvidere oplevet, at han har haft elever, han ikke kunne komme i kontakt med grundet energidriks-indtag:

"Jeg har faktisk haft nogle elever, som jeg ikke har kunnet komme i kontakt med, for de var sådan lidt, de var slet ikke nærværende, og så finder man ud af, at de drikker sådan en 4-5 stykker hver dag. Det kan de ikke omsætte."(PM, faglærer, automekanikerlinjen).

LK påpeger i forlængelse heraf, at der er blevet mere ro på klassen, da uroen, som energidrikkene og andre sukkerholdige drikke medførte, er forsvundet.

De interviewede elever har udmærket bemærket initiativet, og de oplever, at lærerne håndhæver det på klassen, men at de ikke tror, at de vil sige noget til dem, hvis de gør det i deres middagspause. Deres oplevelse er i tråd med lærernes, at mange drak det i starten, men at de stort set ikke ser nogen drikke det længere. De ser dog folk drikke sodavand, da de stadig findes i kantinen og i automater. De udtaler sig ikke om deres egen holdning hertil.

Motionsinitiativet. 45 min koncentration eller power breaks

Det er forskelligt, hvordan motionen for eleverne forekommer for UCH's grundforløbselever. Eleverne på transport har 45 minutters motion, hvorimod autoeleverne har omkring 15 minutters power breaks. For transporteleverne foregår de 45 minutters motion i henholdsvis Idrætscenter Vest og fitnesscenteret, hvorimod autoelevernes power breaks foregår på stedet i klasselokalet eller den pågældende kontekst. I følgende analyseres først og fremmest de 45 minutters motionsaktivitet med inddragelse af elevernes, lærernes og ledernes synspunkter, efterfulgt af en analyse af autoelevernes power breaks. Her belyses det, hvordan disse foregår og hvilke udfordringer, der er ved dem. Afslutningsvis illustreres, hvilke problematikker, der generelt er ved inddragelse af motionen for UCH's grundforløbselever set fra lærernes og ledernes synspunkt.

45 minutters motion – transporteleverne

45 minutters motion i undervisningen er et af den nu forhenværende regerings tiltag til ungdomsuddannelserne og generelt er der blandt transporteleverne enighed om, at de 45 minutters motion og turen til idrætscenteret samt fitnesscenteret tirsdage og torsdage fungerer utrolig godt. Idræts- og fitnesscenteret giver forskellige muligheder for at udfolde sig aktivt og beskrives af eleverne som henholdsvis ”gammeldags” (idrætscentret) og ”fancy” (fitnesscentret). Hvor eleverne i Idrætscenter Vest primært dyrker holdsport som badminton, basketball, volleyball, håndbold og fodbold, er det i højere grad individuelle aktiviteter som styrke- og cardio-træning, der udøves i fitnesscentret. Fra lærernes side er der ingen restriktioner for rækkefølgen af træningen under de 45 minutters motion. ET2, som er elev på transportlinjen, nævner, at:

”Hvis du har lyst til at træne et kvarter og så bagefter gå op og spille noget fodbold, jamen så er det det, du gør eller spille et kvarters fodbold og træne resten af tiden, så er det det, eller spille noget badminton eller basketball eller håndbold..” (ET2, elev, transport- og logistik, transport).

Fitnesscenteret nævnes som værende mere seriøst end idrætscenteret, idet det her er den enkelte, der er fokus på. I denne forbindelse har eleverne fået inspiration og hjælp udefra med henblik på nye øvelser, de kan lave. Dog har der ikke været succes med at fastholde og integrere øvelserne, som den besøgende instruktør kom med. Dette skyldes, ifølge ET1, manglende struktur. Fra hans synspunkt har eleverne manglet et decideret program som retningslinje for træningen og derfor er en del af eleverne faldet tilbage til de vante øvelser og træningsmæssige rutiner. Dette uddybes af ET1 i følgende udsagn:

”[...] det [øvelserne] prøvede man måske de første to måneder – tre gange efter, hun have været der. Så, så tror jeg egentlig folk de faldt tilbage i at tage en cykeltur, hvis det var det, de fik lyst til eller vægttræning, hvis det var det, de fik lyst til eller.. Der skulle måske være sådan noget mere [...] i hvert fald i fitnesscenteret måske noget mere, hvad skal man sige, program på af en eller anden art. [...] Men er også svært, det er svært at komme 20 mand sammen – vi starter ud med at løbe og cykle og så vægttræner vi allesammen bagefter. Det fungerer måske ikke.” (ET1, elev, transport- og logistiklinjen, transport, red.)

Ifølge informanterne er holdsport mere populært blandt eleverne end den individuelle styrketræning, da ”folk de primært spiller fodbold eller badminton.” I denne forbindelse spiller lærerne en motiverende

rolle. Informanterne nævner blandt andet, at lærerne ofte er aktive sammen med eleverne og deltager i fodbold-, badmintonkampe eller tager med på løbeture. Informanterne er alle enige i, at lærerne er klædt på til at instruere i deres særømråder og det hjælper, at de selv er aktive og er sportsinteresserede. ET1 udtrykker det således:

"De er med, de er med begge to [Lene og Mogens] og det er det der med, at de er med begge to og det smitter jo af." (ET1, elev, transport- og logistiklinjen, transport, red.)

Ser man derimod på demotiverende elementer under de 45 minutters motion, nævnes de elever, der ikke deltager i aktiviteterne. Dette er et irritationsmoment for informanterne, hvilket ET1 udtrykker i nedenstående citat:

"[...] det eneste, der for os der sådan deltager, det er, at det er sådan set demotiverende eller decideret irritabelt at sidde og se på, at folk de bare sidder og kigger i deres telefoner i sofaen [...] Eller bare sidder på en bænk og kigger på. [...] Hold kæft, det er irriterende at se på, det der dovenskab der." (ibid.).

Han nævner i forlængelse heraf, at alle, i hans optik, kan og skal være med på det niveau, der passer til vedkommende:

"[...] det kan godt være, det kan godt være, at du ikke løber fire kilometer i fuld spurt, men alle og enhver kan fandeme gå fire kilometer på et løbebånd." (ibid.).

Budskabet i ovenstående citat bakkes op af kursusleder AM, som udtaler, at alle eleverne skal deltage på et eller andet niveau. Der bliver fra lærernes side holdt skarpt øje med "bænkevarmerne", som får til opgave at agere heppekor på sidelinjen såfremt de ikke selv har mulighed for at deltage i den fysiske aktivitet på banen. Trods modstand fra en gruppe af eleverne, forsøger lærerne at få alle elever til at deltage på det niveau, der er muligt for dem. Denne modstand kan ifølge AM forklares med, at den mindre aktive elevgruppe på en eller anden måde er belastede hjemmefra samt på det sociale plan:

"[...] på vores grundforløb har vi mange elever, som har været udfordret, som måske har været udsat for nogle ting i hjemmet, og som har været udsat for mobning. De bryder sig ikke om at udstille sig selv foran de andre, og det er altså en del af det. Nogle af dem er ikke særligt godt socialt velkørende, og

det vil sige, når de skal ud og lave sådan et fælles arrangement som det er i et idrætscenter at skulle spille sammen, så har de svært ved at begå sig socialt. Og nogle har svært ved at smide tøjet, fordi de er flove over deres egen krop. Og det er, som LK siger, jamen altså de flytter nogle grænser, og vi tror, det er sundt, men vi presser dem ikke til at gøre noget, der er ubehageligt, men vi flytter deres grænser.” (AM, kursuscenterleder).

Nogle elever har altså svært ved at indgå i det sociale grundet personlige omstændigheder og netop dette er begrundelsen for, at AM finder motionsinitiativet essentielt. Fra lærernes side kan noget af elevernes modstand og sociale barriere nemlig imødekommes ved netop at fortsætte med den fysiske aktivitet, da dette kan flytte nogle grænser hos eleverne og hjælpe på det sociale.

LK, faglærer, er enig i AM udtagelse og det faktum, at nogle af eleverne ”tabes lidt.” Trods dette bider hun for det første mærke i, at de alligevel har været oppe på 45 deltagende elever, hvilket er rekorden for holdet. Dertil påpeger hun, at der hos nogen af eleverne ses fremskridt og som flytter sig i forhold til motionen. Hun påpeger, at der er elever, som er stoppet med at ryge, motionere mere og er begyndt at gå meget op i sundhed, hvorfor hun mener, at UCH med motionsinitiativerne skubber eleverne i den rigtige retning. Dette er MD enig i. Han mener, at de 45 minutters motion i skoletiden helt sikkert har flyttet på sundhedstilgangen for de elever, som ikke tidligere på samme måde som nu var orienteret omkring sundhed, motion og bevægelse. I forlængelse heraf ses mindre fremskridt for de elever, der i forvejen er fysisk aktive. Dette illustreres i nedenstående citat:

”Vi har helt sikkert flyttet nogle af dem fra start til slut, hvor de har en, en jeg ved ikke, om man kan sige bedre, men de har en anden og anderledes tilgang til sundhed og bevægelse nu end da de kom. Det er der ikke tvivl om. Vi har også nogle imellem, som er fit for fight og motionerer og træner og styrketræner og hvad ved jeg, der er ikke noget nyt under solen for dem som sådan.” (MD, faglærer, transport- og logistiklinjen).

Da informanterne fra transport i interviewet berører de power breaks, som udøves på autolinjen, nævner de alle, at de foretrækker de 45 minutters motion fremfor power breaks, hvor den fysiske aktivitet blot sker på stedet. Ifølge Ian skyldes dette, at de 45 minutters fysiske aktivitet:

"[...] giver også en lyst til at træne og nogle muligheder og overskud til at komme ud og gøre det i stedet for at gøre det efter skole, hvor man måske er lidt træt og tung i hovedet og der er tusinde andre ting, der skal ordnes." (ET2, elev, transport- og logistik, transport).

I og med at motionen fylder en del i undervisningen behøver eleverne, ifølge ET2, på den måde ikke, at tænke på motionen i fritiden. Både lærerne og ledelsen er enige med eleverne i, at de 45 minutters motion virker. Begge nævner reformen som værende en hjælpende hånd for at få eleverne i bevægelse og især lederen, JK, mener, at den nu forhenværende sundhedsminister, Antorini, med dette tiltag i reformen har gjort det godt i forhold til sundhedsfremme på erhvervsskoler. Eksempelvis nævner LD, at lærerne nu har reformen at støtte sig op ad og ser vigtigheden i, at motionen nu er en del af pensum, hvorfor det på den måde er nemmere at få eleverne med.

Power breaks – eleverne på automekanikerlinjen

Power breaks er de cirka 15 minutters pauser med bevægelse, som eleverne på autolinjen som udgangspunkt har tre gange dagligt – hvis tiden dog er til det. Er den pågældende dag for travl, droppes power breaks. For lærerne på autolinjen kan det nemlig være en udfordring at integrere regeringens krav om 45 minutters motion i skoledagen, hvorfor det på autolinjen, af økonomiske årsager, bliver til power breaks i stedet, såfremt der er tid til det. Udfordringen for lærerne er nemlig, at det ikke altid er lige let at tage eleverne ud af det, de har gang i på et givent tidspunkt for at give dem power breaks. LD udtrykker denne problematik i nedenstående citat:

"[...] det [er] pædagogisk lidt svært og tage dem ud af.. hvis de nu er et hold i gang med en bil der, nogle andre sidder ved en computer der og nogle tredje sidder ved en computer et andet sted – lige pludselig at få dem samlet og bruge 10 minutter – et kvarter på motion." (LD, faglærer, automekanikerlinjen).

De dage hvor power breaks er på dagsordenen udføres de morgen, middag og slutligt inden eleverne får fri. Som det fremgik i analysen af transportelevernes 45 minutters motion, er der ligeledes obligatorisk deltagelse i power breaks. I denne forbindelse "trues" eleverne med ikke at få fri, hvis ikke de deltager. Indenfor power breaksenes 15 minutters varighed nævner informanterne, at der laves øvelser såsom arm- og mavebøjninger, planke samt burpees. Sidstnævnte definerer EA2 som værende:

"[...] det er, hvor du hopper, altså du hopper op – hop, stræk, klapper og så går ned i squart og springer herved på jorden og så springer du en ud, tager en armstrækning, springer ind igen og så op og klapper." (EA2, elev, automekanikerlinjen).

Formålet med disse er ifølge Emil *"Bare lige for, for sådan lige at komme i gang – lige få sådan en lille opfrisk."* (EA3, elev, automekanikerlinjen).

Hver morgen indledes med opvarmning af led samt udstræk af ryg, hvilket har et forebyggende formål. EA3 forklarer:

"Det er for ikke at få skader og sådan noget [...] Typisk kommer vi jo til at – hvis du skal stå og læne dig op ad motoren, så kommer vi jo typisk til at stå foroverbøjet i længere tid og sådan noget. Så kan du godt få problemer med ryggen og hvis du ikke løfter ting ordentligt, så kan du godt få problemer med både ryg og mave og led og sådan noget." (EA3, elev, automekanikerlinjen).

I forhold til motionen på grundforløbet er der ændringer på vej. Som nævnt indledningsvist er både en økonomisk og praktisk udfordring på autolinjen at indføre kravet om 45 minutters motion, men dette ændres næste år, hvor eleverne på grundforløb 1 – ligesom transportlinjens elever – tager ud af huset en eftermiddag om ugen og laver motion. Herved kommer der på sigt til at være aktiviteter på tværs af linjerne. På den måde kommer de nuværende power breaks på autolinjen til at glide ud i sandet grundet planen om skemalagt 45 minutters motion. Dette forudser både Lars Dalsgaard og Peter Møller som værende nemmere for planlægningen af undervisningen.

Motion på UCH generelt – problematikker

I forhold til motionen nikker både LK og AM, kursusleder på auto, ja til spørgsmålet om, hvorvidt det ville være gavnligt om nogen satte sig ned og forsøgte at udvikle nogle pædagogiske former, hvor hensynet med de 45 minutters motion blev klaret samtidigt med, at eleverne lærer noget i en given undervisningssammenhæng. AM mener, at dette ville gavne elevernes indlæring ved netop at lære gennem den fysiske aktivitet. I forlængelse heraf efterlyser lærerne, især AM, kurser, som kan være med til at hjælpe lærerne på vej i forhold til både at motivere eleverne og samtidig få bedre kundskaber

til undervisning i sundhed, motion og bevægelse. Dette uddybes under afsnittet "10. Har vi de rigtige værktøjer, kursus etc."

Ud fra ovenstående delanalyse ses først og fremmest, at informanterne på transportlinjen kan lide de 45 minutters motion og foretrækker det fremfor power breaks. Hvad angår fitnesscenteret finder de det ikke let at integrere de øvelser, en instruktør er kommet med, da eleverne mangler en form for træningsprogram. Idrætscenter Vest ser informanterne som værende mere populært blandt eleverne end fitnesscentret, da de fleste elever i de 45 minutter dyrker holdsport som basketball, volleyball, badminton, håndbold og fodbold. I disse sportsgrene deltager lærerne, hvilket eleverne synes er godt, da det er motiverende for dem. Derimod er det demotiverende for informanterne, at der er nogle elever, som ikke deltager i den fysiske aktivitet, men blot kigger på. Lærerne forsøger at integrere alle, men finder det svært grundet modstand fra en del af eleverne. Dette forklarer lærerne med, at nogle af eleverne har det svært med det sociale samvær, men man bruger netop motionen for at løsne op for denne barriere. Endvidere viser det sig, at de elever, som ikke var særligt orienterede mod motion og bevægelse, har rykket sig en del efter indførelse af de 45 minutters motion.

Hvad angår autolinjen finder lærerne det svært at inkludere regeringens krav om 45 minutters motion, hvorfor det i stedet bliver til power breaks af en varighed på cirka 15 minutter, hvis tiden er til det. Lærerne synes, det er svært at trække eleverne ud af det, de nu har gang i for at lave 10-15 minutters motion. Informanterne fra autolinjen påpeger, at power breaksene er opfriskende og dertil er morgenens udstræknings- og opvarmningsøvelser forebyggende i forhold til det fysiske arbejde, de har og som der venter dem.

Afslutningsvis nævner lærerne og lederne problematikker ved inddragelse af motionen for grundforløbseleverne. Både LK og LD er enige i, at det kunne være en god idé, hvis motionen kunne benyttes som indlæringsmetode til et givent område, så eleverne lærer gennem den fysiske aktivitet.

Endvidere nævner AM samt JK, at det ikke er alle lærerne på auto, der har tilstrækkelig viden i forhold til at udføre øvelserne i power breaks. AM efterlyser derfor kurser for at gøre lærerne mere kompetente og motivere dem for at de derved kan få eleverne med på øvelserne.

Rygerelaterede indsatser: Generelt har der været meget ringe tilslutning til rygestopkurserne, på trods af, at der ifølge den kvantitative undersøgelse er mange rygere på skolen og de har to lærere, der er uddannet instruktører. Kursuscenterleder AM fortæller:

" [...]der var ikke én eneste, der tog imod det tilbud. [...] Jamen, så, så blev vi enige om, at vi prøver én gang til, og hvis der ikke er nogen, der tilmelder sig, så gør vi ikke mere ved det. Men der var ingen tilslutning overhovedet. Eller nogen interesse i at deltage i sådan et rygestopkursus." (AM, kursuscenterleder).

De mener, at dette kan skyldes det, at kurserne var planlagt til at ligge både udenfor skole –og arbejdstiden, hvorfor eleverne hellere vil hjem. Et andet problem er ifølge faglærer LK, at de ikke har kunnet køre rygestoppet, da de ikke har fået bevilliget timer til det. Der blev således ikke konkret udbudt kurser. Kursuscenterleder AM forklarer dog, at de aldrig "nåede så langt" i planlægningen grundet den manglende tilslutning.

Dog mener uddannelsesleder HT, at de gennem et sundhedsevent og CO målinger har skabt større fokus på rygning, og dermed givet stof til eftertanke. Han fortæller, at instruktørerne har været "aktive" på den måde, at de har været rundt og hænge plakater op og, igen, sætte fokus på rygning og dets skadelige effekter. Faglærer på automekanikerlinjen oplever endvidere, at når han inddrager en CO måler i hans undervisning, så bliver eleverne overraskede og forsøger at "forbedre" denne, ved blandt andet at kvitte cigaretterne. Både han og hans kollega LD oplever, at der er kommet mere fokus på de skadelige effekter ved rygning, men de ved ikke, om det reelt set har en positiv (reducerende) effekt på andelen af rygere.

Eleverne har hørt om rygestopkurserne, og at man kan få målt sin lungekapacitet i "sådan noget apparat". EA2, der er elev på automekanikerlinjen, ryger selv men har ikke benyttet sig af tilbuddet, på trods af, at han er bekendt med tiltaget og det, at der er blevet uddannet to instruktører til samme formål. Det samme gælder ET2, der har været holdt med at ryge og nu er startet igen. Han mener, at årsagen til at han ikke vil deltage i kurset skyldes det, at han selv har remedierne til det, hvis bare han mentalt er klar:

"[...] er det noget, jeg kan klare selv, så er det nok fordi det er meningen, og er det fordi, jeg skal have hjælp, så er det sgu nok ikke fordi, jeg er klar til det mentalt." (ET2, elev, transport- og logistik, transport).

Vægtstopinitiativet

Når informanterne bliver spurgt ind til deres kendskab til vægtstopinitiativet, svarer de alle, at de ikke har hørt om dette. De har en anelse om, at det har noget at gøre med at tage sig, spise sundt og dyrke motion, men ved ikke decideret, hvad initiativet indeholder. Af informanternes egne erfaringer, er der ikke rigtig nogen, der benytter tilbuddet. Ifølge LK har formålet med vægtstoppet været, at:

"[...] det var et tilbud til eleverne, dem som, som var overvægtige eller dem som havde lyst til at gå ned i vægt [...]" (LK, faglærer)

Ledelsen og lærerne anerkender også, at vægtstopkurset ikke har fungeret optimalt. Uddannelsesleder, HT pointerer, at:

"Jamen, man har forsøgt på det, men jeg synes ikke, det har været nogen succes sådan umiddelbart. Det har ikke fået ret mange til at melde sig på eller komme i gang med det – hvis det overhovedet har fået nogen. Så det vil jeg sige, det har været op ad bakke." (HT, uddannelsesleder).

Ovenstående kan ifølge LK skyldes, at kurset har ligget udenfor elevernes undervisningstid, og her vil eleverne hellere hjem end at blive på skolen. Derfor har det, efter LK's mening, været svært at få eleverne til at hoppe på, da motivationen til kurset skal komme fra eleverne selv og ikke fra lærerne.

Der er ellers fra skolens side forsøgt med personer til at fortælle om vægtstoppet, men LD nævner i interviewet, at den ene er stoppet uden videre og JK påpeger, at der har været nogle konsulenter omkring det, men de opgav i sidste ende. Ifølge LD har de simpelthen ikke kunnet komme igennem til eleverne med informationer omkring vægtstop.

De informanter, der er elever på autolinjen nikker endvidere ja til spørgsmålet om, hvorvidt sundhedsinitiativerne kan rangeres således, at de mest kendte blandt eleverne er

morgenmadsklubben, dernæst motion, rygestop og vægtstop. Der er altså lille interesse for dette initiativ.

Meninger om organisering af sundhed (tværgående)

Sundhedsrådet

Ledelsen anerkender, at sundhedsrådet bare "ikke har fungeret", og at det ikke er blevet taget alvorligt nok. Kursuscenterleder AM mener, at projektlederen fra Hjerteforeningen havde et stort stykke arbejde med at "samle" folk til møderne samt at få sat en dagsorden. Han mener endvidere, at der var ret stor modstand mod rådet, fordi det forstyrrede dagligdagen. Dette uddybes i nedenstående:

"Fordi det gik ind og forstyrrede den almindelige hverdag, og selv møderne i starten kunne folk komme i tanke om at udeblive fra uden at give besked, og det vil sige at allerede der, er det et tegn på, at det bliver nedprioriteret. Og det var hvert fald min fornemmelse, at de der møder egentlig døde ud- altså jeg har ikke rigtig været til nogle møder i lang tid i det der sundhedsråd, som jeg har været en del af. Jyta arrangerede det i starten, og det var et godt initiativ, men i og med at der ikke kom noget output fra dem, og i og med at folk ikke har lyst til at engagere sig i det, så blev det ikke til mere." (AM, kursuscenterleder).

Når interviewer spørger ind til sundhedsrådet blandt lærere og elever, så mødes det ofte med uforståen hos informanterne, der for de flestes vedkommende ikke er klar over, at det eksisterer. De, der har været involveret heri oplever, at "interessen" for det faldt med tiden, samt at overskuddet simpelthen ikke var til det. Faglærer på automekanikerlinjen, PM fortæller, at det startede godt, men at der ikke var tid til den ekstra arbejdsbyrde.

"[...] men altså det startede sådan set egentlig fint med at man skulle alt muligt. [...] Men når du begynder at tage det ene med og det andet med, så lige pludselig så skal man faktisk have en ekstra lærer for at kunne opfylde de krav for - altså indenfor samme tid [...] Altså, vi blev sat ned i tid og skal nå mere, og så kommer der et helt nyt område, som Sundhedsrådet. Og så begynder det, og det vil vi godt forstå, men vi meldte fra, meldte fra, meldte fra, fordi vi ikke kunne nå det." (PM, faglærer, automekanikerlinjen).

Denne følelse anerkender kursuscenterleder AM, der godt kan forstå det problematiske i, at lærerene oplever, at hele projektet bliver trukket ned over hovedet på dem. Sundhedsrådsmøderne har dog ligget således, at de var sidst på eftermiddagen og indenfor både arbejds- og undervisningstiden, således både lærere og elever havde deltagelsesforudsætninger.

Faglærer på transport- og logistiklinjen, VB, påpeger en anden problematik, da hun spørges til, om Sundhedsrådet er et fornuftigt tiltag, nemlig det, at målet hermed er uklart. Det er noget, der for hende gør det svært at "navigere":

"Jo, men nogle gange, der har det været lidt svært at navigere i de tiltag der har været lavet. Altså, hvad er det lige for en hest, vi skal spille på og alle de der muligheder, der er dukket op. Hvor vil de hen- altså hvad er MÅLET?" (VB, Faglærer, transport- og logistiklinjen)

De adspurgte elever var som sagt ikke bekendt med "Sundhedsrådet", men hos dem vakte tanken om, at de kunne få deres meninger og holdninger igennem stor interesse, og de mente, at det lød som en rigtig god idé. Dog pointerede de vigtigheden i, at møderne lå indenfor undervisningstiden, da eventuel deltagelse fra eleverne, i deres optik, ellers vil være begrænset.

Organisering af ryge/vægtstop: In-house UCH eller i kommunen?

Der er blandt eleverne enighed om, at organiseringen af ryge- og vægtstop skal foregå på UCH. De ser kommunens opgave som værende noget andet. Eksempelvis påpeger Emil, elev på autolinjen, at ryge- og vægtstop ikke er kommunens problem, men at de i højere grad skal træde til, hvis det drejer sig om "misbrug og sådan noget." EA1 udtaler i forlængelse heraf, at:

"Jeg tror også, det er mere seriøst, hvis det bliver skolerne. [...] Kommunen er ikke særlig vigtig. Jeg tror ikke, folk de tænker på, at kommunen er sådan særligt.. Altså noget stort. Folk de går ikke og tænker på kommunen [...] Ja kommunerne har vist ikke noget at skulle have sagt, føler jeg." (EA1, elev, transport- og logistiklinjen, automekaniker, red.)

Ledelsen mener derimod, at det kunne være en idé at få nogle fra kommunen ud på skolen med henblik på ryge- og vægtstop. Uddannelsesleder, HT, mener, at det ville gavne at få en udefra til at udfordre skoleens elever. Han pointerer, at nogle lærere på forhånd havde trukket på skuldrene og

"tilkendegivet, at det her, det var spild af tid." Derfor ville det være en god idé, hvis nogen fra kommunen gav en hjælpende hånd – også i forhold til demotiverede elever, så:

"[...] eleverne de var meget demotiveret, så kunne der være kommet en fra kommunen udefra og afholdt en seance omkring det her. Det kunne måske have givet et helt andet resultat. Det giver sommetider noget at få en udefra til at gøre det." (HT, uddannelsesleder).

Blandt lærerne er der forskellige holdninger til og perspektiver på, hvorvidt det skal ligge i kommunen eller på UCH. De ser både fordele og ulemper ved det ene og det andet sted, da eleverne kan tilbydes noget forskelligt. Eksempelvis nævner VB, faglærer for transport, at der er forskel på, hvordan rygestoppet vil være for eleverne i henholdsvis kommunen og på UCH. Hun pointerer, at fordi overvægtige elever ofte har lavt selvværd er chancen for at de går til kommunen og beder om hjælp relativt lille. UCH giver derimod mulighed for at eleverne bliver "nurset" (VB, faglærer, transport- og logistiklinjen, red.), altså bliver taget hånd om og ikke mindst set i øjenhøjde, hvilket i højere grad vil kunne hjælpe dem.

AM forklarer først og fremmest, at viljen til at stoppe med at ryge er personlig og at det skal komme fra eleverne selv. Netop derfor tror han, at der ville være en pointe i, at flytte ryge- og vægtstoppet væk fra UCH og lade det være op til den enkelte elev at gøre det i deres fritid – netop fordi ryge- eller vægtstoppet skal ske af egen fri vilje og ikke noget, som skolen "tvinger" ned over eleverne. Han tror nemlig, at eleverne vil relatere det til undervisningen, hvis ryge- og vægtstopkurserne ligger på UCH. Derved er der risiko for, at det er noget, de ikke finder rart. Han uddyber dette i nedenstående citat:

"Altså, nogle er blevet tvunget til at tage sig en uddannelse og valgt at komme her. Og når vi tilbyder rygestop i forlængelse af undervisningsforløbet, så vil de føle, jamen det er måske en del af undervisningen her på adressen, og vi har sgu fået nok undervisning, vi vil gerne hjem. Men jeg har en tro på, at hvis de får tilbudt noget rygestop og kan gå sammen i grupper og så sige, at det her, det vil vi gerne, og det foregår nede på kommunen, så er det udenfor skolens adresse, og så kan det være en anden motivation, der driver dem."

LD mener derimod, at en mulighed er, at kurserne ligger begge steder. Han mener nemlig ikke, at de på UCH er eksperter indenfor disse to felter, hvorfor det er en god idé at sende eleverne videre i systemet. Han uddyber dette og forklarer, at uanset hvor gode holdninger de har på UCH omkring ryge- og vægtstop, er de hverken eksperter af den ene eller anden slags, hvorfor det er en idé at sende eleverne videre til nogen, der har mere forstand på det, end de har på UCH. Han forklarer:

"Hvis vi har begge muligheder, altså sådan at vi selv her lokalt har en del viden, og vi så sørger for at blive fælles om de rigtige holdninger [...] Så er vi i gang. Når så vi møder elever, som rent faktisk har et problem med diæten eller, så skal vi [i] systemet [have] lejlighed og mulighed for at tage telefonen med det samme og ringe til de rette vedkommende i den kommune, hvor de nu hører hjemme." (LD, faglærer, automekanikerlinjen).

På baggrund af ovenstående kan det således siges, at der fra elevernes side ikke er interesse i, at flytte hverken ryge- eller vægtstopkurserne ud til kommunen. Elev-informanterne fra autolinjen tillægger nemlig ikke kommunen stor betydning og mener ikke, at det er deres opgave at varetage dette. Ledelsen og lærerne er dog uenige om, hvorvidt kurserne skal ligge det ene eller det andet sted, eller om de skal ligge begge steder. Uddannelsesleder, HT, samt faglærer for autolinjen, LD, mener dog, at det kan være en idé at inddrage kommunen for henholdsvis at motivere eleverne og dertil bruge kommunen som eksperter på et område, de ikke i samme grad har forstand på, på UCH. Vivi Bangtrup ser derimod en fordel i at lade det være skolens opgave, da de i højere grad en kommunen kan "nurse" om eleverne og være på deres niveau. AM mener derimod, at det er elevernes eget ansvar, hvorfor han mener, at ryge- og vægtstoppet skal flyttes udenfor UCH og gøres af elevernes egen fri vilje.

Sundhed, karriere og job

Lederne mener, at arbejdsgivere naturligvis foretrækker sunde lærlinge/elever. Uddannelsesleder, HT, forklarer:

"Ja, der er ikke nogen tvivl om, at hvis der kommer sådan en ung mand hen og søger praktikplads og strutter af sundhed og har en masse energi fremfor en, der kommer ind og vejer 40 kilo for meget og

næsten ikke kan trække vejret, fordi der er tre trappetrin ned, så er jeg da godt klar over, hvem der får jobbet. "(HT, uddannelsesleder).

HT mener endvidere, at der er kommet et øget fokus herpå, og generelt oplever både ledere og lærere, at arbejdsgiverne særligt har fokus på rygning og overvægt fremfor kost og motion. Faglærer på automekanikerlinjen, PM, fortæller i nedenstående om en situation, han har oplevet tre-fire gange:

"Ham der, han er egentlig god nok, du har der, men ved du hvad, hvis du kan få ham til at holde op med at ryge, så har han en plads her fra første august. Den har jeg hørt før." (PM, faglærer, automekanikerlinjen).

Han fortsætter og fortæller om en konkret situation med en arbejdsgiver, der var særligt irriteret over det store tab af arbejdskraft ved at have en ryger ansat:

"Jeg var ude ved en arbejdsgiver [...] Han sagde til mig: 'Prøv lige at hør her, hvis han går ud og ryger, så tager han 10 minutter derude, så kommer han ind igen. Jeg har givet ham et kort, han er stemplet ind [...] men han ryger to cigaretter i timen. De tager altså 500 kroner i timen plus moms herude, det vil sige, han ryger for 200 på sådan en formiddag. Og 200 om eftermiddagen, det er 400 kroner (!) han ryger for i ren arbejdstid. Er det kunden, der skal betale det? Det er ikke mig.'" sagde han. [...] Og så kom jeg til at tænke "Gud, det er sgu da rigtig", hvis sådan en, han ryger 6 cigaretter om dagen i 10 minutter, det er en time. Det er 500 plus moms." (PM, faglærer, automekanikerlinjen).

Også VB, der er faglærer på transport- og logistiklinjen, oplever, at eksempelvis overvægtige ansatte er noget, man i høj grad snakker om vognmændene imellem. Hun mener, at fokuset på rygning afhænger af virksomhedens størrelse:

"[...] Fordi det tror jeg, der afhænger rigtig meget af, hvor stor virksomheden er. Hvis det er sådan en lille lokal vognmand med en to - tre biler, så tror jeg faktisk, at han måske er lidt ligeglad, men er det en større vognmand, så betyder det noget." (VB, faglærer, transport- og logistiklinjen).

De mener dog, at interessen stopper ved rygning og overvægt, og at en eventuel arbejdsgiver ikke interesserer sig for, om en ansat/potentiel ansat går eksempelvis i fitness. De to faglærere, LD og PM,

på automekanikerlinjen påpeger endvidere, at deres elever er meget fysisk aktive i deres daglige arbejde.

"[...]De går og de kaster rundt med dæk, gearkasser og motorer, så vores branche er meget fysisk aktiv [...] De er h-e-l-e tiden i bevægelse" (LD, faglærer, automekanikerlinjen).

De påpeger endvidere, at det forholder sig meget anderledes med eleverne på transport- og logistiklinjen, der efter deres udsagn "nok sidder 60 procent bagved et rat". De ser dog også, at der, grundet den hårde fysiske belastning er relativt få, der er tilbage i mekanikerbranchen efter fem år. Lærerne mener, at der i de seneste år er kommet meget større fokus på sammenhængen mellem sundhed og karrieremuligheder, og det er noget, de gennem projektet har kunnet videreformidle til deres elever. Dette gør de blandt andet gennem ergonomiundervisning - noget de finder meget vigtigt på automekanikerlinjen. LD, der er faglærer på samme, uddyber:

"Men det som vi har, i hvert fald i løbet af det her projekt, vi har forsøgt, at vise dem ergonomi i forhold til det arbejde, de kommer til at skulle udføre ude på værkstederne. [...] men der er stadigvæk ting, som vi bør fortælle de unge mennesker om ergonomi. Altså, vise dem nogle gode arbejdsstillinger. Dét mener jeg faktisk, det er en af de ting, vi skal gøre her. Det har vi haft lejlighed til i forbindelse med besøg af en konsulent, men det synes jeg faktisk, man bør notere sig – at det skal vi hvert år. Kalde på eksperter." (LD, faglærer, automekanikerlinjen).

Dog ved de ikke, om vigtigheden heraf *"rigtig er gået op for dem [eleverne] alle sammen"* (LD, faglærer, auto, red.), men det er noget, de fortsat ønsker fokus på, og noget de meget gerne ser eksperter bidrage til:

"Vi kan sagtens fortælle eleverne noget om det, men det har en værdi, at vi får en ekspert ind udefra." (LD, faglærer, automekanikerlinjen).

De interviewede elever er dog alle bevidste om, at der er en klart større efterspørgsel på sunde ansatte. De mener alle, at det er meget sandsynligt, at de vil blive spurgt ind til deres sundhedsvaner, og de ser en sammenhæng mellem sundhed og karrieremuligheder. Og de forstår det godt. I nedenstående

fortæller eleven ET1 fra transport- og logistiklinjen om, hvordan rygning kan være en belastning for arbejdsgiver:

"Det kan jo godt være, at, at du er nødt til at [ryge] hver time eller hver halve time... [...] Det holder jo ikke altså. Slet ikke hvis du, hvis du kører lastbil. Altså, du kan jo ikke standse lastbilen hver time og så ryge en smøg og så køre videre." (ET1, elev, transport- og logistiklinjen, transport, red.)

De er også bevidste om, at (dårlige) arbejdsstillinger *nu* kan give gener i arbejdssituationer fremtiden:

"Det giver jo både flere sygedage, hvis de har ondt i ryggen og noget, og det giver også mere fravær af den grund jo så. Men det er også bare fordi, at så kan de jo også have de samme mekanikere i længere tid. For hvis du er 40 og lige pludselig får dårlig ryg - og så du er nødt til at holde op med at arbejde. De vil gerne have, at du kan blive ved i noget længere tid." (EA3, elev, transport- og logistik, automekanikerlinjen).

De er bevidste om budskabet med ergonomiundervisningen og power breaks – på trods af, at de ikke ved, hvad det hedder:

"Det ved jeg egentlig ikke, hvad vi kalder det. Det er vel egentlig bare noget teoretisk undervisning omkring, hvordan vi kan forebygge skader på os selv, fordi værkstederne derude er begyndt at fokusere mere på [det] i løbet af årene. Hvis du tager 10 år tilbage, så er der jo meget værre. Altså, mekanikere, der er oppe i 40'erne nu – du finder stort set ikke nogen mekanikere, der er oppe i 40'erne nu, som ikke har dårlig ryg. Og det vil de jo gerne have lavt om på, så man kan holde til at arbejde noget længere." (EA3, elev, transport- og logistik, automekanikerlinjen)

Eleverne ved, at deres tid på arbejdsmarkedet som mekanikere er begrænset, hvis ikke de sørger for at inkorporere de bedre arbejdsstillinger i deres dagligdag. De er dog lige nu meget optimistiske og mener, at deres fremtid i sundhedsregi ser lys ud, og at de føler sig sunde, raske og smertefrie.

Har vi de rigtige værktøjer, kursus etc.?

Som påpeget under delanalyse "4.3: Motion på UCH generelt – problematikker" efterlyser lærerne pædagogiske værktøjer til at gøre den fysiske aktivitet til et indlæringsredskab og dertil mangler de

kurser til at opnå bedre kompetencer til at fuldføre øvelser under både power breaks og 45 minutters motion i idrætshallen.

I forbindelse med dette er der fra ledelsens side etableret "Kroppen ud af skabet" på Døsvej, som er et skab, hvis indehold er remidiger til bevægelse, lærerne (og eleverne) har fri adgang til, og som lærerne kan benytte sig af. Vicedirektør og chef for erhvervsuddannelser, Jens Knudsen, mener nemlig selv, at lærerne generelt mangler værktøjer til undervisning i den fysiske aktivitet, hvorfor "Kroppen ud af skabet" har til hensigt at hjælpe og give lærerne de fornødne redskaber i undervisningen. Det at give lærerne værktøjer til at udfolde sig, ser vicedirektør og chef for erhvervsuddannelser, Jens Knudsen, som værende essentielt. Har de dem, tror Jens Knudsen også, at lærerne tør udfolde sig og derigennem gøre undervisningen mere interessant for eleverne. Dette ses i nedenstående citat:

"Når de har værktøjerne, så tør de også godt [...] det handler jo lidt om at gøre sig fri af den der faglige kontekst og så prøve at kigge lidt mere på og int... Få noget sjovt ind i undervisningen altså der findes jo et hav af øvelser, man kan lave nede i værkstedet eller et eller andet eller spille musik eller gå lidt rundt på en anderledes måde." (JK, vicedir., chef for erhvervsuddannelser).

De værktøjer, lærerne har brug for, mener JK er konkrete instrumenter, der kan benyttes i undervisningen. Ifølge JK er det ønskværdigt, at der ikke blot skal være ét skab, men flere, således at lærerne ikke skal rende langt efter de nødvendige værktøjer. Dette kan nemlig sænke motivationen i undervisningen, hvorfor værktøjerne skal være tilgængelige, for derved nemmere at kunne nyde gavn af dem i undervisningen. Dog mener JK ikke, at det er alle lærere, der har samme kundskaber og udfoldelsesegenskaber hvad angår etableringen af motionen i undervisningen. Derved er der nogle af lærerne, der har svært ved, hvordan de forskellige redskaber skal benyttes. Han udtrykker det således:

"En bold er ikke fremmed for eleverne. En – et eller andet værktøj er ikke fremmed for eleverne, men det er fremmed for lærerne, for hvordan skal lærerne anvende det? – overfor eleverne, sammen med eleverne" (JK, vicedir., chef for erhvervsuddannelser).

AM er enig i ovenstående og pointerer, at:

"[...] Altså, underviserne er meget forskellige og vi har jo haft nogle inde, hvor vi kan se hvor nemt det er at aktivere eleverne og tage sådan nogle power breaks og hvad, det er, men altså vi har mange undervisere, som ikke ved, hvordan man både går ind og underviser og laver de der power breaks altså der kunne man jo godt have brug for noget kursus i, hvordan man gør sådan noget. Altså, vi er gode til at gå ind måske og så indtage klasserummet og fortælle et eller andet fagligt, og fortælle lidt om stoffet og så går vi ud og laver det, men at lige pludselig knipse og så sige "Ved I hvad, nu rejser I jer lige op, nu skal vi lave nogle fægteøvelser" et eller andet, altså, de vil jo kigge på os som om vi var idioter havde jeg nær sagt, fordi at vores adfærd gør jo, at de kan se, at det ser ikke naturligt ud. Men når vi så får nogle ind, hvor det er naturligt for dem, jamen så er det også helt naturligt for eleverne, fordi de kigger og så ser de, hvordan er læreren. Jamen, han brænder for det, og det er skide interessant, og han vil have os til det, jamen vi prøver ikke også. Men hvis der står en underviser, der tænker, at: "Det her, det er noget, jeg er blevet tvunget til hold kæft, hvor er det træls ikke også, altså nu skal I lige øve, lige løfte jer og så skal I gøre." Altså, det kunne vi godt få noget kursus på, for lærerene." (AM, kursuscenterleder).

Ifølge AM vil lærerens faglige kompetencer indenfor motionen altså være gavnlig og vigtig for at få eleverne med og samtidig vække deres interesse og motivation for motionen. I citatet ses også Aksels efterlysning af kurser for lærerne, hvor de netop kan lære, hvordan de skal håndtere øvelserne under power breaks for at få eleverne med, men ligeledes for at motivere dem selv. Motiveringselementet er at genfinde hos Uddannelsesleder HT, som også ser vigtigheden i, at lærerne har et godt kendskab til motion. Han påpeger også vigtigheden i, at de lærere der selv dyrker en del motion har lyst til at gøre en forskel og har lyst til at trække de andre med:

"[...] hverken JK eller jeg, der går ned og gør noget ved det. Der er helt sikkert nogle af kollegaerne i auto, der siger, de gør det selv eller som Jens siger, der er også nogle af dem, der dyrker meget motion – har lyst til at gøre et eller andet, så spørgsmålet er, om de har remedierne til at trække de andre med ind i det." (HT, uddannelsesleder).

Man kan altså sige, at JK har gættet rigtigt, når han antager, at lærerne mangler værktøjer i undervisningen. Udover manglende kurser, mener VB, at der blandt andet mangler redskaber som fitnesselastikker samt anatomiudgaver af, hvordan ser kroppen ud. Dertil nævner hun, at der konkret

mangler spil til holdningsbearbejdelse. Hvad hun mener med dette fremgår ikke i interviewet. Hun er dog bekendt med, at de remidiger, de har behov for er dyre, hvorfor det er svært at få opfyldt alle sine ønsker i forhold til nye værktøjer i undervisningen. Hun nævner, at: *"nu når jeg kommer ind og beder om 3000 kroner til at købe elastikker for, så siger han [chefen] nok "er det nu også nødvendigt?" "* (VB, faglærer, transport- og logistiklinjen).

Det ses altså i ovenstående, at lærerne generelt mener, at de mangler redskaber til undervisningen. Eksempelvis nævner VB fitnesselastikker og bøger om anatomibøger/-billeder, lærerne kan benytte i undervisningen, som illustrerer, hvordan kroppen ser ud. Lærerne anerkender dog, at der er økonomiske udfordringer ved deres ønsker og MD nævner i den forbindelse, at man burde købe ind til, hvad der er vigtigt fremfor at købe alt. Ledelsen har på Døsvej stillet et skab til rådighed, "Kroppen ud af skabet", for lærerne (og eleverne), som der er fri adgang til, men ønsket er at der skal være flere af den slags, så remidigerne er lettere tilgængelige for lærerne og de derved ikke behøver at rende efter de elementer, de skal bruge. Generelt mangler lærerne kurser omkring sundhed og undervisning i dette samt viden om at motivere dem selv og ikke mindst eleverne. Øgede kundskaber og faglighed mener lærerne, og ledelsen, vil kunne medvirke til at gøre undervisningen mere spændende.

Organisering af sundheden. Udliciteres eller in-house UCH

Fra ledelsens synspunkt har det efter egne udsagn været rart, at der kom nogle udefra og "udfordrede" deres egne normer og opfattelser samt stillet spørgsmålstegn ved, hvordan de sikrer deres elever den bedste læring. Dette uddyber uddannelsesleder HT i følgende:

"Det, vi har fået interesse i, det er, at der kommer nogen udefra og udfordrer os[...] i forhold til vores udbud i kantinen og den måde, vi er sammen med vores elever på; vores måde at stille tingene op [...] Hvad er det, der er afgørende for, at eleverne kan modtage læring? Blandt andet deres kost, blandt andet deres motion. Det er ikke, at de fylder sig med energidrikke og alt muligt andet på det her sted. Så dermed også kigge på vores sortiment i vores kantine." (HT, uddannelsesleder)

Ledelsen mener overordnet, at det har været rart med eksterne samarbejdspartnere, og de mener ikke, at de kunne have kommet i mål med projektet uden de eksterne samarbejdspartnere:

”Du spurgte før om, om i retning af, hvilke fordele, der var ved en ekstern. Så spurgte du om, vi troede, det havde samme effekt i forhold til, hvis vi selv skulle have gjort det. Det tror jeg ikke på. Jeg tror ikke på, at vi havde nået halvvejs med det her projekt.” (JK, vicedir., chef for erhvervsuddannelser).

HT og JK mener dog stadig, at der er fordele og ulemper ved organiseringen af projektet som bestående af eksterne parter. De mener, at hvis de selv havde været ledere på projektet, så havde de grebet det anderledes an – blandt andet havde de haft et andet syn på kost og motion. Dertil havde de forsøgt og sikre sig, at alle deltagende lærere var motiverede fra starten af. De vil endvidere sørge for, at få specificeret, hvad der var formålet med projektet og motivere til at gøre det færdigt:

”Jeg ville være lidt mere omhyggelig med at fortælle dem, hvad det drejede sig om [...] Og få dem motiveret til at få det sat i gang på en anden måde, så man var sikker på, at det også blev kørt helt igennem til ende” (HT, uddannelsesleder).

De oplever dog, for at projektet skal kunne fungere optimalt, så skal der være et tættere samarbejde UCH og partnerne imellem, hvor blandt andet tiltagene og udgangspunktet bliver drøftet bedre igennem inden. Dette uddyber JK i nedenstående:

”[...] Men jeg tror projektet fra starten af – og der vil jeg godt give Henning ret [...] det fik en uheldig start. En uheldig start så at sige, hvor vi starter op sammen med kommunen som én part, Hjerteforeningen har også sin part, og Holstebro kommune går ind i det som ”sund kommune og sundere erhvervssteder”, men vi fik aldrig faktisk drøftet inden, vi gik i gang, hvilke ting, vi havde gang i, i forvejen, fordi vi var nøglehulscertificeret i vores kantiner. Det var sådan set ikke vores kantiner og udbuddet i vores kantiner, der var problemet. Det var holdningen blandt eleverne og lærerne til at hjælpe hinanden hen imod at bruge de sunde ting i vores kantine.” (Vicedir., chef for erhvervsuddannelser JK).

I forlængelse af dette ønsker lærerne også klarere mål for, hvad formålet med de forskellige tiltag er – det vil give bedre grundlag for både handlinger og motivation. Og ligeledes påpeger faglærer på transport- og logistiklinjen MD, at tiltagene med fordel kan tilpasses de forskellige linjer fremfor en decideret decentral topstyring.

”Det [topstyring] tror jeg, det bliver for firkantet i forhold til den måde, uddannelserne er vidt forskellige på. Så skal der også være plads til, at det kan implementeres vidt forskelligt. Så der skal være en frihed til selv at lægge dem, der skal der. [...] sådan helt fra tophold, så kan det godt være, at man har nogle intentioner med de der 45 minutter og sådan noget, men man må godt gøre dem mere specifikke for ligesom at sætte skub i dem, fordi det kommer altså ikke af sig selv. ” (MD, faglærer, transport- og logistiklinjen, red.)

Eleverne mener, at organiseringen fungerer godt, og at både lærere og eksterne partnere gør det godt.

”[...] Som helhedsbillede, der synes jeg, de gør det godt. [...] Altså lærerne og dem fra Hjerteforeningen – altså de gør en god indsats ligesom for at informere os om [...] At man selv har et ansvar. Altså, det kan godt være, at du går og synes, at folk de kan godt gå og prikke lidt til dig, fordi du måske har lidt for meget til at sidde på maven eller man ikke lige er hurtig nok, eller man står og ryger en smøg på arbejdet, men selvom du går og skylder skylden på resten af omverdenen, så er det jo egentlig dig, der har ansvaret for at ændre noget.” (ET2, elev, transport- og logistiklinjen, transport).

De er endvidere enige om, at deres sundhed ikke er kommunens problem, men skolens. Og ryge og vægtstopkurserne, det mener de *”sgu egentlig ikke rigtigt, at det er kommunens problem”* (EA3, elev, transport- og logistiklinjen, automekaniker). Endvidere mener EA1, der er elev på automekanikerlinjen ikke, at kommunen er særlig vigtig, og umiddelbart ikke har noget at skulle have sagt. Til spørgsmålet om, hvorvidt de helst vil have eksempelvis ryge- og vægtstopkurser på UCH eller hos kommunen, er svaret, at de helst vil have det på UCH. Det eneste, de gerne vil have centraliseret hos kommunen er eventuelt *”misbrug”*.

Kvantitativ del

Tabellerne dækker tre slags sammenligninger af elvernes adfærd og handlekompetence indenfor rygning, kost og motion i løbet af skoleåret 2014/2015:

Sammenligning nr. 1: Startmåling i august 2014 vs. midtvejsmåling i december 2014

Sammenligning nr. 2: Midtvejsmåling i december 2014 vs. slutmåling i maj 2015

Sammenligning 3: Startmåling i august 2014 vs. slutmåling i maj 2015

Pga. stort frafald af elever, der gjorde det svært at følge en større gruppe af elever over hele skoleåret, er der tale om to datasæt, henholdsvis pooled data (alle personer), hvori der indgår alle de elever der har deltaget i mindst en af de to målinger, som vi sammenligner og panel data (samme personer), hvori der kun indgår de elever, der har deltaget i begge de to målinger, som vi sammenligner.

Nedenstående beskrivende tabel viser middelværdierne for henholdsvis startmåling og midtvejs. I det sammenlagte (pooled) datasæt indgår 78 elever i startmålingen og 54 i midtvejsmålingen. Af disse tal fremgår det, at der er sket en signifikant stigning i antallet af elever, der dagligt spiser morgenmad fra 60 % til 89 % af eleverne og en signifikant stigning i antallet af elever, der kun drikker en halv liter energidrik pr. uge fra 53 % til 76 %. Endvidere er der sket en stigning i antallet af elever med høj handlekompetence set i relation til fysisk aktivitet og rygning fra henholdsvis 28 % til 43 % og 59 % til 81 %.

I paneldatasættet, altså den måling hvor man kun følger de elever, som har svaret på begge spørgeskemaer, indgår i alt 41 elever. Af disse tal fremgår det, at der er tale om samme mønster, men det er kun udviklingen i antallet af elever, der dagligt spiser morgenmad og har høj handlekompetence set i relation til rygning som vedbliver at være statistisk signifikant.

Overordnet set er der i perioden fra starten af skoleåret- til midtvejsmålingen midt på skoleåret sket en sundhedsmæssig positiv udvikling i antallet af elever, der dagligt spiser morgenmad og i antallet af elever, der kun drikker en halv liter energidrik pr. uge samt handlekompetence set i relation til rygning og fysisk aktivitet.

Sammenligning 1: Startmåling vs. midtvejsmåling

Start Midtvejs	Pooled data		Panel data	
	Startmåling, n=78	Midtvejsmåling, n=54	Startmåling, n=41	Midtvejsmåling, n=41
Kost				
Dagligt spist morgenmad de sidste seks måneder	0.6025 (0.4925)	0.8888*** (0.3172)	0.6666 (0.4771)	0.8750** (0.3349)
Morgenmadsvaner ændret sig, spiser oftere morgenmad	0.4102 (0.4950)	0.3888 (0.4920)	0.3809 (0.4915)	0.4000 (0.4961)
Spiser groft brød (rugbrød, grahambrød mm.) hver dag	0.1666 (0.3750)	0.2592 (0.4423)	0.1666 (0.3771)	0.2500 (0.4385)
Øvrige måltider				
Spiser salat mv. minimum en gang dagligt	0.3205 (0.4696)	0.3703 (0.4874)	0.3571 (0.4849)	0.4000 (0.4961)
Spiser slik f.eks. chokolade og lakrids 1-2 gange ugentligt eller derunder	0.7692 (0.4240)	0.6666 (0.4758)	0.7619 (0.4310)	0.7000 (0.4640)
Høj handlekompetence	0.3333 (0.4744)	0.3518 (0.4820)	0.3333 (0.4771)	0.4000 (0.4961)
Drikkevarer				
Drikker max ½ liter sodavand med sukker pr. uge	0.2051 (0.4064)	0.3148 (0.4688)	0.1904 (0.3974)	0.3000 (0.4640)
Drikker max ½ liter energidrik pr. uge	0.5256 (0.5025)	0.7592*** (0.4315)	0.6428 (0.4849)	0.7500 (0.4385)
Fysisk aktivitet				
Dyrker 3½ times motion eller derover	0.3717 (0.4864)	0.3703 (0.4874)	0.4761 (0.5054)	0.4000 (0.4961)
Høj handlekompetence	0.2820 (0.4529)	0.4259* (0.4991)	0.3333 (0.4771)	0.4000 (0.4961)
Rygning				
Ryger	0.3974 (0.4925)	0.3333 (0.4758)	0.4047 (0.4967)	0.3750 (0.4902)
Høj handlekompetence	0.5897 (0.4950)	0.8148*** (0.3920)	0.5952 (0.4967)	0.8250** (0.3848)
N	78	54	41	41

Note: Presents means for the sample. Standard deviations in parentheses. *, **, *** indicate that the difference in means is statistically significant at the 0.10%, 0.05% and 0.01% level respectively.

Nedenstående beskrivende tabel viser middelværdierne for henholdsvis midtvejs og slutmålingerne. I det sammenlagte (pooled) datasæt indgår 55 elever i midtvejsmålingen og 54 i slutmålingen. Af disse tal fremgår det, at der er sket et signifikant fald i antallet af elever, der spiser salat m.m. minimum en gang om dagen eller mere fra 37 % til 22 % af eleverne og en signifikant stigning i antallet af elever der kun spiser slik en til to gange ugentligt eller derunder fra 67 % til 85 %. Endvidere er der sket et fald i antallet af elever med høj handlekompetance set i relation til fysisk aktivitet og rygning fra henholdsvis 43 % til 22 % og 81 % til 55 %. I paneldatasættet indgår i alt 16 elever. Af disse tal fremgår der samme stigning set i relation til elever, der kun spiser slik en til to gange ugentligt eller derunder.

Overordnet set er der i perioden sket en sundhedsmæssig positiv udvikling i antallet af elever der kun spiser slik en til to gange ugentligt eller derunder, men der er sket en sundhedsmæssig negativ udvikling i antallet af elever med høj handlekompetance set i relation til fysisk aktivitet.

Sammenligning 2: Midtvejsmåling vs. slutmåling

Midtvejs_ Slut	Pooled data		Panel data	
	midtvejsmåling, n=54	slutmåling, n=55	midtvejsmåling, n=16	slutmåling, n=16
Kost				
Dagligt spist morgenmad de sidste seks måneder	0.8888 (0.3172)	0.9090 (0.2901)	0.9375 (0.2500)	0.9375 (0.2500)
Morgenmadsvaner ændret sig, spiser oftere morgenmad	0.3888 (0.4920)	0.4909 (0.5045)	0.5625 (0.5123)	0.3125 (0.4787)
Spiser groft brød (rugbrød, grahamsbrød mm.) hver dag	0.2592 (0.4423)	0.2727 (0.4494)	0.1875 (0.4031)	0.3125 (0.4787)
Øvrige måltider				
Spiser salat mv. minimum en gang dagligt	0.3703 (0.4874)	0.2181* (0.4168)	0.2500 (0.4472)	0.3750 (0.5000)
Spiser slik f.eks. chokolade og lakrids 1-2 gange ugentligt eller derunder	0.6666 (0.4758)	0.8545** (0.3558)	0.8125 (0.4031)	1.0000* (0)

Høj handlekompetence	0.3518 (0.4820)	0.2727 (0.4494)	0.3125 (0.4787)	0.3125 (0.4787)
Drikkevarer				
Drikker max ½ liter sodavand med sukker pr. uge	0.3148 (0.4688)	0.3272 (0.4735)	0.5625 (0.5123)	0.2500* (0.4472)
Drikker max ½ liter energidrik pr. uge	0.7592 (0.4315)	0.6909 (0.4663)	0.8125 (0.4031)	0.6250 (0.5000)
Fysisk aktivitet				
Dyrker 3½ times motion eller derover	0.3703 (0.4874)	0.3272 (0.4735)	0.3125 (0.4787)	0.1250 (0.3415)
Høj handlekompetence	0.4259 (0.4991)	0.2181** (0.4168)	0.3125 (0.4787)	0.2500 (0.4472)
Rygning				
Ryger	0.3333 (0.4758)	0.4363 (0.5005)	0.4375 (0.5123)	0.3125 (0.4787)
Høj handlekompetence	0.8148 (0.3920)	0.5454*** (0.5025)	0.7500 (0.4472)	0.8125 (0.4031)
N	54	55	16	16

Note: Presents means for the sample. Standard deviations in parentheses. *, **, *** indicate that the difference in means is statistically significant at the 0.10%, 0.05% and 0.01% level respectively.

Nedenstående beskrivende tabel viser middelværdierne for henholdsvis start- og slutmålingerne. I det sammenlagte (pooled) datasæt indgår 78 elever i startmålingen og 55 i slutmålingen. Af disse tal fremgår det, at der er sket en signifikant stigning i antallet af elever der dagligt spiser morgenmad fra 60 % til 91 % af eleverne og en signifikant stigning i antallet af elever der kun drikker ½ liter energidrik

pr. uge fra 53 % til 69 %. I paneldatasættet indgår 14 elever i startmålingen og 14 i slutmålingen. Af disse tal fremgår det, at samme mønster gentager sig, men det er kun begrænset forbrug af slik fra 64 % til 100 % der vedbliver med at være signifikant. Desuden ses en positiv udvikling i antallet af elever med høj handlekompetence set i relation til rygning.

Overordnet set er der i perioden fra startmålingerne til slutmålingerne sket en sundhedsmæssig positiv udvikling i antallet af elever, der dagligt spiser morgenmad, kun drikker en halv liter energidrik pr. uge, har et begrænset slikforbrug og forbedret handlekompetence i relation til rygning.

Sammenligning 3: Startmåling vs. slutmåling

Start_slut	Pooled data		Panel data	
	Startmåling, n=78	Slutmåling, n=55	Startmåling, n=14	Slutmåling, n=14
Kost				
Dagligt spist morgenmad de sidste seks måneder	0.6025 (0.4925)	0.9090*** (0.2901)	0.8571 (0.3631)	0.9285 (0.2672)
Morgenmadsvaner ændret sig, spiser oftere morgenmad	0.4102 (0.4950)	0.4909 (0.5045)	0.4285 (0.5135)	0.3571 (0.4972)
Spiser groft brød (rugbrød, grahambrød mm.) hver dag	0.1666 (0.3750)	0.2727 (0.4494)	0.2142 (0.4258)	0.2857 (0.4688)
Øvrige måltider				
Spiser salat mv. minimum en gang dagligt	0.3205 (0.4696)	0.2181 (0.4168)	0.3571 (0.4972)	0.3571 (0.4972)
Spiser slik f.eks. chokolade og lakrids 1-2 gange ugentligt eller derunder	0.7692 (0.4240)	0.8545 (0.3558)	0.6428 (0.4972)	1.0000** (0)
Høj handlekompetence	0.3333 (0.4744)	0.2727 (0.4494)	0.3571 (0.4972)	0.3571 (0.4972)
Drikkevarer				
Drikker max ½ liter sodavand med sukker pr. uge	0.2051 (0.4064)	0.3272 (0.4735)	0.2857 (0.4688)	0.2857 (0.4688)

Drikker max ½ liter energidrik pr. uge	0.5256 (0.5025)	0.6909 * (0.4663)	0.5000 (0.5188)	0.6428 (0.4972)
--	--------------------	----------------------	--------------------	--------------------

Fysisk aktivitet

Dyrker 3½ times motion eller derover	0.3717 (0.4864)	0.3272 (0.4735)	0.3571 (0.4972)	0.2142 (0.4258)
Høj handlekompetence	0.2820 (0.4529)	0.2181 (0.4168)	0.2857 (0.4688)	0.2857 (0.4688)

Rygning

Ryger	0.3974 (0.4925)	0.4363 (0.5005)	0.3571 (0.4972)	0.2857 (0.4688)
Høj handlekompetence	0.5897 (0.4950)	0.5454 (0.5025)	0.6428 (0.4972)	0.9285* (0.2672)
N	78	55	14	14

Note: Presents means for the sample. Standard deviations in parentheses. *, **, *** indicate that the difference in means is statistically significant at the 0.10%, 0.05% and 0.01% level respectively.

Diskussion

En af styrkerne i undersøgelsen er, at det har kunnet undersøges hvilken effekt af interventionerne på en population omfattende unge mænd på erhvervsskoler, som sundhedsmæssigt befinder sig i risikogruppen. En anden styrke er, at interventionen anvender en Whole School Approach, hvilket er hensigtsmæssig når man ser på unge, som er udsat for flere risikofaktorer samtidigt og som befinder sig i et komplekst socialt felt som det man finder på en erhvervsskole. Endelig er det en fordel, at vi anvender et studiedesign, hvor vi kan belyse effekterne af interventionen i et før og efter perspektiv.

Analysemæssigt er det en svaghed at der er tale om en relativ lille stikprøve. Det bemærkes at størrelsen er fastlagt allerede før undersøgelsens start. Stikprøvestørrelsen betyder at antallet af elever, der kan følges over alle tre trin i undersøgelsen bliver begrænset på grund af frafald. Dermed bliver antallet af individer i den del af undersøgelsen der vedrører de såkaldte paneldata begrænset. Det har også betydning set i relation til muligheden for at opnå signifikante resultater. På grund af den given begrænsede stikprøve er det valgt at fortolke på resultaterne fra de aggregerede data – de såkaldte ”pooled” datasættet - velvidende at resultaterne kan indfange både interventionseffekten og ændringer i populationens sammensætning. Det vurderes dog at denne tilgang er rimelig. Dels fordi populationen er relativ homogen så den mulige bias vil være begrænset. Dels fordi flere af resultaterne fra panel modellen går i samme retning som resultaterne i pooled modellen. Den lille stikprøve indebærer ligeledes at det kan være svært at få signifikante resultater på 99 og 95 % niveauet. Vi har derfor valgt også at fortolke på resultater, som er signifikante på 90 % niveauet

Bilag: Interviews med kantinepersonale, analyse af meninger om nudge tiltag

Der er en generel tendens til, at de beskriver de forskellige nudges som værende ændring af vanesager. Dette kan også ses i deres egen måde at vurdere de forskellige nudges på. Eksempelvis fortæller de, at der ikke har været oplevet en forskel ved fjernelse af energidrik. Alligevel har energidrikke været oppe at vende som en problematik i begyndelsen. Nu har de været fjernet i et år, og ingen spørger efter dem. Det må vel siges at være en forbedring af sundhedsmæssig karakter for eleverne på skolen.

For både de store skilte udenfor kantinen, samt fodsporerne på gulvet, gør det sig gældende, at det ikke har den store indvirkning på eleverne. Respondenten, som ikke har sin daglige gang på skolen mente dog alligevel, at hun altid lagde mærke til de store skilte – hun forklarer det med, at det er fordi det stadig er nyt for hende. Fodsporerne anvendes mest af kantinemedarbejderne selv, som sikkerhed for, at der ikke skabes kaos omkring betalingsområderne.

Det nudge der utvivlsomt gives mest udtryk for som det nemmeste at implementere, er poserne med "grab'n go snacks" (nudge 4). Det beskrives således: "Det er de vældig glade for. (...) Det er sådan en ting, der er dejlig nem at tage med ned i klasselokalet, mens de får undervisning.". Poserne indeholder eksempelvis gulerødder og hjemmebakket knækbrød og udgør dermed et alternativ til de usunde snacks.

Det nudge, der giver en beskrivelse af nye møbler og skiltning, som retter sig mod målgruppen, er ikke blevet implementeret i kantinen i Holstebro. De to respondenter gav ikke udtryk for, at de mente, at det kunne have en effekt på sundheden og salget af sunde varer.

Under interviewet gives der udtryk for, at den nye måde at servere salat på har haft en positiv effekt. Hvor eleverne før selv skulle tage salat, er der nu allerede lavet færdige salatskåle, som kommer med dagens ret. Det har betydet, at flere har benyttet sig af salaten, ligesom flere også bruger salatbaren. De unge har opdaget, at de faktisk gerne vil have salat til deres mad. Således har dette nudge med allerede forberedt salat haft en positiv effekt af sundhedsfremmende karakter. Mængdereguleringen af mad (Nudge 1) har altså en indflydelse på de unges madvaner.

Kurvene med fuldkornsbrød har ikke haft samme positive effekt. Faktisk er kantinen gået tilbage til, at det lyse brød er i de store kurve, fordi der simpelthen ikke har været nok salg i det nøglehulsmærkede fuldkornsbrød. Respondenterne i interviewet beskriver det som madspild, hvis det skulle have været anderledes. Dog er der altid nøglehulsmærket brød klar til opfyldning, hvis dette skulle blive nødvendigt. Pasta, ris osv., er totalt udskiftet med fuldkorn, hvilket der ikke længere stilles spørgsmålstejn ved, fra elevernes side. De unges madvarer har altså dette tilfælde ikke kunnet reguleres ved at fremme adgangen til de sunde madvarer (nudge 3).

Til spørgsmålet om, hvilke midler der kunne forbedre de sundhedsfremmende karakterer er svaret klart. Både i forhold til midler udefra, samt hvad ledelsen kan byde ind med; økonomi. Mange af eleverne prioriterer i højere grad økonomi over sundhed. Var det dermed muligt at sælge de sundeste varer billigt og hæve priserne på de usunde varer, så vil det have en langt højere effekt – dette er der klar enighed om mellem de to respondenter. Således har klippekortordningen (nudge 5) haft en positiv effekt ved implementeringen, men kan fremmes i endnu højere grad, ved at fokusere på at gøre sunde madvarer billigere. Rabatordningerne har nemlig også fungeret på andre madvarer end de sunde.

Endvidere udtrykkes der en klar holdning til, at der ønskes sundhed i kantinen, men også, at man er nødt til at gå på kompromis i forhold til, hvad eleverne vil have. Et eksempel der gives er den mindskede adgang til sodavand. Eleverne begyndte i stedet at købe sodavand ved købmanden, som ligger i kort afstand fra skolen. Så er det trods alt bedre, at salget bliver hos kantinen. Dog mener de to respondenter, at med sløringen forneden i sodavandsmaskinerne får det en effekt på "tvivlerne". De, som er i tvivl om, hvilken drik de vil have, de har større tendens til at tage de drikke, der står i øjenhøjde, hvilke er de sunde drikkevarer. Reguleringer, der mindsker adgangen til usunde fødevarer (nudge 2) har dermed kun en indflydelse til dels og har været svær at implementere i kantinen i forhold til sodavand, mens det, som tidligere beskrevet, har haft en mere positiv effekt i forhold til de sunde snacks (som er nudge 4).

Bilag: Spørgeguides, kvalitativ del

Alle

Hvem mener du/I har medansvar for elevernes sundhed

Hvad er der konkret sket af synlige ændringer i projektet?

Har du/I oplevet en forandring af sundhedsfremmende karakter hos eleverne?

Hvad har været nemt/svært i projektet?

Hvad er din/jeres vurdering af sundhedsrådet (ledelse, lærere, kantine og elever)?

Hvad er din/jeres anbefalinger til et fremtidigt sundhedsråd

Hvad er din/jeres anbefalinger til et fremtidigt indsats når det gælder vægtstophold

Hvad er din/jeres vurdering af rygestopinstruktørinitiativet og fungerer det på skolen?

Hvad er din/jeres anbefalinger i forhold til, om instruktøren skal være intern eller kommunal?

Særligt ledelse (begge niveauer)

Hvilke konkrete barrierer vurderer du skolens ledelse stået overfor gennem projektet

Hvad er din/jeres vurdering af den optimale projektudvikling. Stikord: Intern (ambassadør) eller ekstern ildsjæl (projektleder)

Særligt ledelsen (begge niveauer)

Hvad er efter din/jeres mening de tre bedste anbefalinger til andre skoler/kommuner?

Hvad er efter din/jeres mening de bedste fremadrettede og handlingsorienterede råd til en model i for sundhedspolitik der kan anvendes på andre erhvervsskoler i Danmark

Politikskabelse. Kan du/ I beskrive udfordringer og muligheder set i politisk kontekst ved implementering af intervention/model herunder hvad politikernes rolle er og hvordan der bedst

samarbejdes på makro, meso og mikro niveau

Samarbejde med kommunen omkring sundere erhvervsskole. Hvordan kan I se dette fungere optimalt?

Specifikke spørgsmål til elever

Skolen har lavet nogle tiltag der skal medvirke til at skabe sundhed. Fx har I fået fodboldbaner tilbud om rygestopkurser og større udvalg af sund mad i kantinen. Hvad synes I om de her tiltag, og har de gjort jer sundere? Hvad havde været fedt, hvis skolen havde gjort? Fx frugtordning, hele idrætsdage, prisnedsættelser. Hvis I nu helt selv måtte bestemme?

Fællesskab og normer. Hvordan synes I, at folk snakker om sundhed her på skolen?

Hvis nu, at X her sagde ”Hør lige her drenge – jeg er hoppet på slankekur og jeg har kvittet øl og smøger”
Hvad vil I så sige og tænke? Er det accepteret at ville være sund på UCH?

Kost/Vaner. Kender I de officielle kostråd. Hvad synes I om dem? Lever I selv op til dem? (Ingen? Hvilke?). Virker det svært at leve op til? Hvordan er de i forhold til jeres opfattelse af sundhed? Hvad er det sværeste/den største udfordring ved at skulle have en sund livsstil? (tid, økonomi, overskud, kræsenhed)

Kroppen og fremtoning. Mange mener, at sundhed er lig det gode liv. Passer det? Hvad er grunden så til, at nogen lever så sundt? Hvad er den vigtigste grund til at have en pæn krop for jer? I dag er trenden, at den sunde krop er lig den pæne og veltrænede krop. Hvordan har I det med det? Hvorfor er det mærkeligt/fedt/hvad det nu er? Hvis man går meget op i sundhed – altså lever efter alle kostråd og ikke ryger og drikker kun lidt, hvad vinder man så og hvad går man glip af?

Vidste I, at nogle bliver så sunde, at det bliver usundt? Hvad tænker I om det? Der er undersøgelser, der viser, at erhvervsskoleelever er usundere end elever på andre uddannelser, fordi de ryger mere, de drikker mere og spiser usundere. Oplever I det som rigtigt? Har det en betydning for jeres fremtid, tror I?

Arbejdsmarkedet. Nu sidder I her X fyre, og hvordan tror I, at jeres jobchancer er med jeres nuværende sundhedsvaner? Tror I de kunne forbedres – hvordan evt.?

Specifikke spørgsmål kantinen

Sundhedsprojektet som sådan. Hvad er status (vægtstop, rygestop, motion etc). Hvad der konkret er sket af synlige ændringer? Har i oplevet en forandring af sundhedsfremmende karakter hos eleverne? Hvordan går det med energidrikkene? Hvordan går det med sundhedsråd (ledelse, lærere, kantine og elever).

Nudges/interventioner i kantinen. Hvad er status (på kostdelen) Hvad er status på implementeringen af de forskellige nudges/interventioner? Hvert af de 8 nudge gennemgås hvert for sig. En oversigt over Trines forskellige forslag medbringes. Hvordan kommer vi videre: Hvad har I brug for og fra hvem? Hvordan kan lærergruppen bakke op? Hvordan kan ledelsen bakke op? Har i brug for konkrete instrumenter/værktøjer?