



RINGERIKE KOMMUNE

Forebyggende helsetjenester Barn & unge/Folkehelse



RINGERIKE
KOMMUNE

Prosjektrapport for HOPP i Ringeriksskolen 2025



Innhold

Forord	3
1 Bakgrunn og formål	3
1.1 Prosjektets målsetting	5
1.1.1 Effektmål	5
1.1.2 Resultatmål	5
1.2 Fremdriftsplan	8
1.3 Rammer, organisering og kontekst	8
1.4 Aktiviteter og tiltak	10
2 Metode	13
3 Resultater – sentrale punkter	14
3.1 Hovedfunn	15
3.1.1 Positive Effekter	15
3.1.2 Utfordringer og Usikkerheter	23
3.2 Hva trengs for å fortsette?	28
3.3 Konklusjon	28
4 Diskusjon	29
4.1 Måloppnåelse	30
5 Veien videre	31



Forord

Denne rapporten presenterer en evaluering av HOPP (Helsefremmende oppvekst) i Ringeriksskolen. Rapporten gir en oversikt over prosjektets status og måloppnåelse, og belyser de utfordringene vi har møtt underveis. Videre inneholder rapporten viktige læringspunkter som kan være nyttige for andre kommuner og organisasjoner som ønsker å implementere lignende tiltak.

Vi håper at denne rapporten vil inspirere og veilede andre i arbeidet med å skape en helsefremmende oppvekst for barn og unge. Evalueringen er gjennomført av HOPP-teamet i HOPP Ringerike ved Eirin Viktil (helsesykepleier), Malin Vik (barnefysioterapeut), Mari Randen Haugerud (helsesykepleier) og Lene Carine Vik (prosjektleder HOPP i Ringerike). Sistnevnte har skrevet rapporten. Prosjektgruppe og skoleledelsen i Ringeriksskolen har fått tilsendt rapporten for gjennomlesningen og innspill før publisering.

1 Bakgrunn og formål

HOPP er et helsefremmende prosjekt finansiert av program for Folkehelsearbeid gjennom Viken fylkeskommune. Bakgrunnen for prosjektet er knyttet til utfordringer som foreligger i kommunens folkehelseprofil. HOPP startet i barnehagene i 2019 med planlagt videreføring til Ringeriksskolen. HOPP er et tverrfaglig kommunalt samarbeid, som skal legge til rette for helsefremmende livsstil hos barn og unge, gi bedre læringsforhold, økt trivsel og forebygge livsstilssykdommer og inaktivitet. HOPP-konseptet er fra Horten kommune, og går i hovedsak ut på at kommunale arenaer skal følge nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet og kosthold.

Våren 2020 ble det gjennomført en kartlegging av praksis og rutiner for fysisk aktivitet og kosthold i Ringerikes kommunale barneskoler og SFO. Kartleggingen viste behov for utvikling av felles kommunale føringer for fysisk aktivitet og mat og måltider med utgangspunkt i nasjonale retningslinjer og anbefalinger. Som følge av kartleggingen i 2020 ble en tverrfaglig



prosjektgruppe etablert for å utarbeide mål, og følge opp tiltak og arbeid i barneskolen og SFO.

Kartleggingen viste at flere barneskoler og SFO-er tilrettelegger for fysisk aktivitet og gode, sosiale måltider. Likevel er det stor variasjon i rutiner og praksis knyttet til mat og måltider samt fysisk aktivitet. Helsedirektoratets anbefalinger og retningslinjer var generelt lite kjent blant de ansatte. Viktige faktorer som ansattressurser, økonomi, planleggingstid, fysiske rammer og engasjement hos ansatte påvirker arbeidet med fysisk aktivitet og mat/måltider.

Høsten 2022 ble det gjennomført en lignende kartlegging på ungdomstrinnet. Kartleggingen viste at det er potensial for å øke elevenes aktivitetsnivå gjennom skoledagen. Barrierer som fagkompetanse, fysiske begrensninger, og tid til planlegging ble identifisert. Det er behov for en gradvis implementering av fysisk aktivitet som en større del av skolehverdagen.

Variasjoner i praksis rundt mat og måltider ble også avdekket, med behov for bedre skole-hjem samarbeid, holdningsarbeid, og felles føringer for skolemåltidet.

I 2023/24 ble det gjort midtveisevaluering av HOPP i barneskole, SFO og ungdomstrinn.

Midtveisevalueringen avdekket flere positive endringer, med økt bevissthet om mat og fysisk aktivitet både i skole og SFO. Mange lærere tilrettela for fysisk aktivitet og læring (FAL), og det var færre tilfeller av servering av søtsaker. Tiltak på systemnivå viste seg å gi positive resultater, men effekten var skjør og avhengig av skolens fokus og engasjement. Variasjoner i implementeringen av HOPP skyldtes ulike kulturer, ressurser og utfordringer på skolene.

Det ble viktig å opprettholde fokus på HOPP, styrke medvirkning fra elever og foresatte, og øke bevisstheten og kompetansen om helsefremmende tiltak.

Nedenfor er målsettingene til HOPP i Ringerike. Disse har blitt lagt til grunn for både prosess og tiltak som er blitt utformet og justert underveis i prosjektperioden. Videre følger en oversikt over hvordan prosjektet har vært organisert, gruppeoversikt og mandat.



1.1 Prosjektets målsetting

1.1.1 Effektmål

Hovedmålet for prosjektet er at barn og unge i Ringerike skal oppleve mestring, trivsel og god helse i hele oppveksten, og at barnehage og skole skal danne grunnlagt for dette.

Effektmål:

- Sikre flere leveår med god helse
- Redusere sosiale ulikheter innen helse
- Forebygge mer for å reparere mindre

1.1.2 Resultatmål

Nedenfor er resultatmål for barneskole, SFO og ungdomstrinn.

Resultatmål for barneskole:	
1	Det skal utarbeides klare kommunale føringer for kosthold i barneskoler som legger til rette for så lik praksis som mulig.
2	Det skal utarbeides klare kommunale føringer for fysisk aktivitet i barneskoler som legger til rette for så lik praksis som mulig.
3	Kosthold skal inngå i barneskolenes planverk (årsplan).
4	Fysisk aktivitet skal inngå i barneskolenes planverk (årsplan).
5	Skolens ansatte skal kjenne til, og praktisere de nasjonale retningslinjene for mat og måltider i skolen.
6	Skolens ansatte skal kjenne til, og praktisere de nasjonale anbefalingene for fysisk aktivitet.
7	Fysisk aktiv læring er timeplanfestet i en pilotskole med videreføring til øvrige skoler innen utgangen av 2023.
8	Det skal utarbeides kompetansehevende tiltak for ansatte innen kosthold og betydningen dette har for barnas helse på kort og lang sikt.
9	Det skal utarbeides kompetansehevende tiltak for ansatte innen fysisk aktivitet og motorisk utvikling, og betydningen dette har for barnas helse på kort og lang sikt.
10	Det skal utarbeides tiltak som styrker barnas motoriske utvikling.
11	Det skal utarbeides kompetansehevende tiltak som styrker de ansattes rolle i veiledning og opplysning av foreldre.
12	Det skal utarbeides tiltak som styrker foreldrenes kunnskaper og holdninger omkring betydningen av kosthold for barns helse og livskvalitet.
13	Det skal utarbeides tiltak som styrker foreldrenes kunnskaper og holdninger omkring betydningen av fysisk aktivitet og motorisk utvikling for barns helse og livskvalitet.
14	Barneskolenes mattilbud er i tråd med nasjonale anbefalinger for mat og måltider i barneskolen.



Resultatmål for SFO:	
1	Det skal utarbeides klare kommunale føringer for kosthold i SFO som legger til rette for så lik praksis som mulig.
2	Det skal utarbeides klare kommunale føringer for fysisk aktivitet i SFO som legger til rette for så lik praksis som mulig.
3	Kosthold skal inngå i SFO sitt planverk (årsplan, månedsplan og ukeplan).
4	Fysisk aktivitet skal inngå i SFO sitt planverk (årsplan, månedsplan og ukeplan).
5	Ansatte i SFO skal kjenne til, og praktisere de nasjonale retningslinjene for mat og måltider i skolen.
6	Ansatte i SFO skal kjenne til, og praktisere de nasjonale anbefalingene for fysisk aktivitet.
7	Det skal utarbeides en idebank for læringsstøttene fysiske aktiviteter.
8	Det skal utarbeides kompetansehevende tiltak for ansatte innen kosthold og betydningen dette har for barnas helse på kort og lang sikt.
9	Det skal utarbeides kompetansehevende tiltak for ansatte innen fysisk aktivitet og motorisk utvikling, og betydningen dette har for barnas helse på kort og lang sikt.
10	Det skal utarbeides tiltak som styrker barnas motoriske utvikling.
11	Det skal utarbeides kompetansehevende tiltak som styrker de ansattes rolle i veiledning og opplysning av foreldre.
12	Det skal utarbeides tiltak som styrker foreldrenes kunnskaper og holdninger omkring betydningen av kosthold for barns helse og livskvalitet.
13	Det skal utarbeides tiltak som styrker foreldrenes kunnskaper og holdninger omkring betydningen av fysisk aktivitet og motorisk utvikling for barns helse og livskvalitet.
14	SFO sitt mattilbud er i tråd med nasjonale anbefalinger for mat og måltider i barneskolen.

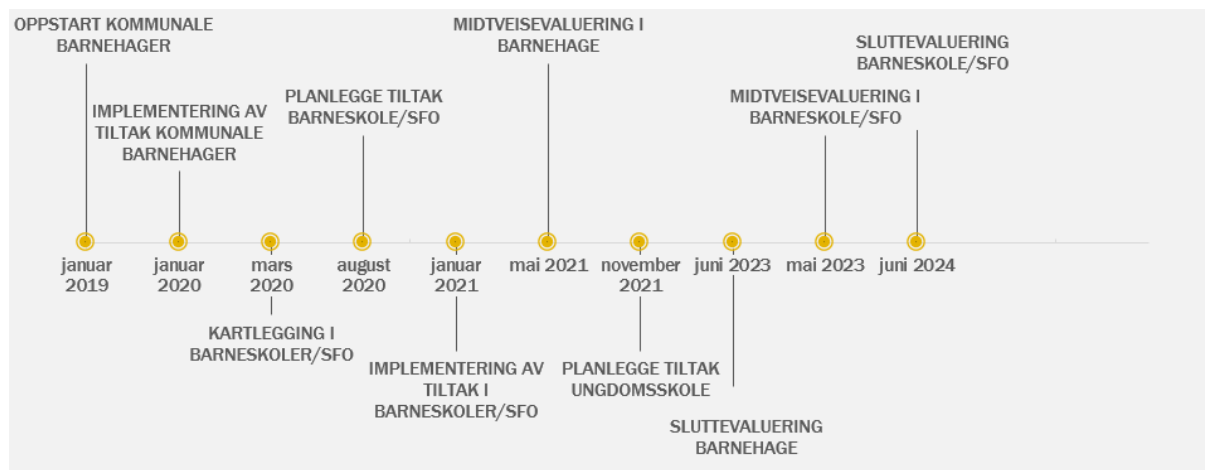


Resultatmål for ungdomsskole:	
1	Det skal utarbeides klare kommunale føringer for kosthold i grunnskolen som legger til rette for så lik praksis som mulig.
2	Det skal utarbeides klare kommunale føringer for fysisk aktivitet i grunnskolen som legger til rette for så lik praksis som mulig.
3	Kosthold skal inngå i skolens planverk (årsplan).
4	Fysisk aktivitet skal inngå i skolens planverk (årsplan).
5	Skolens ansatte skal kjenne til, og praktisere/tilrettelegge for å følge de nasjonale retningslinjene for mat og måltider i skolen.
6	Skolens ansatte skal kjenne til, og praktisere/tilrettelegger for å følge de nasjonale anbefalingene for fysisk aktivitet.
7	Fysisk aktiv læring skal være en integrert del av skoledagen i Ringeriksskolen.
8	Det skal utarbeides kompetansehevende tiltak for ansatte innen kosthold og betydningen dette har for elevenes helse på kort og lang sikt.
9	Det skal utarbeides kompetansehevende tiltak for ansatte innen fysisk aktivitet og motoriske ferdigheter, og betydningen dette har for elevenes helse på kort og lang sikt.
10	Det skal utarbeides tiltak som fremmer fysisk aktivitet og styrker elevenes motoriske ferdigheter.
11	Det skal utarbeides kompetansehevende tiltak som styrker de ansattes rolle i veiledning og opplysning av foreldre.
12	Det skal utarbeides tiltak som styrker foreldrenes kunnskaper og holdninger omkring betydningen av kosthold for barns helse og livskvalitet.
13	Det skal utarbeides tiltak som styrker foreldrenes kunnskaper og holdninger omkring betydningen av fysisk aktivitet og motorisk utvikling for elevenes helse og livskvalitet.
14	Skolens mattilbud er i tråd med nasjonale anbefalinger for mat og måltider i ungdomsskolen.



1.2 Fremdriftsplan

Nedenfor er tidslinjen slik det var planlagt (figur 1). Framdriften er opprettholdt med noen justeringer som følge av forsinkelser, hovedsakelig som følge av pandemien som kom i 2020. Denne prosjektevalueringen, som i tidslinjen heter «sluttevaluering» ble besluttet utsatt fra juni 2024 til januar 2025.



Figur 1) Tidslinjen viser fremdrift for HOPP prosjektet i barnehage og skole. Noen justeringer er gjort underveis. For eksempel ble sluttevalueringen besluttet å utsettes til januar 2025.

1.3 Rammer, organisering og kontekst

HOPP er i samsvar med læreplanen, rammeplan for SFO, folkehelseloven og kommunens folkehelsemelding «Helse i alt vi gjør» 2012-2030 med visjonen «best for barn». HOPP ble politisk forankret i handlingsprogrammet til Ringerike (2021-2024), og ble et viktig bidrag for å møte spesielt fem av FNs bærekraftsmål som kommunen har besluttet å jobbe med; 3. God helse og livskvalitet, 4. God utdanning, 10. Mindre ulikhet, 13. Stoppe klimaendringene og 17. Samarbeid for å nå målene. I dag er HOPP en del av virksomhetsplanen som barnehager og skoler skal rapportere på, og utpekt som en av satsningsområdene i kommunen innen folkehelsearbeidet; [Ringerike kommune - Noen av våre satsningsområder i folkehelse](#).

Organisering av gruppedeltagere og gruppemøter har blitt justert underveis etter behov. For eksempel var det nødvendig med hyppige møter med styringsgruppa det første året, for å



sikre tilstrekkelig involvering og forankring i ledelsen. Nedenfor følger en kort beskrivelse av prosjektets organisering, gruppenes sammensetning og mandat.

- **Prosjekteier:** Kommunalsjef for sektor Utdanning og familie. Fra 2021 har prosjekteier og prosjektleder hatt månedlige statusmøter.
- **Styringsgruppe:** Kommunalsjef for sektor Utdanning og familie, enhetsleder barnehage og skole, hovedtillitsvalgt fagforbundet, leder av helsestasjonen, folkehelsekoordinator og prosjektleder for HOPP. Høsten 2020 hadde gruppa månedlige statusmøter. Fra 2021 har styringsgruppa møttes 2 ganger i året.

Mandat: Fatte viktige beslutninger og tilse at prosjektet styres i henhold til prosjektplanen.

- **Prosjektledelse:** Prosjektleder i 100% via tilskuddsmidler fra Folkehelseprogrammet i tett samarbeid med folkehelsekoordinator.

Mandat: Lede og koordinere HOPP i Ringerike i henhold til prosjektplan.

- **Prosjektgruppe:** Tverrfaglig prosjektgruppe bestående av rektorrepresentant på barnetrinnet og ungdomstrinnet, hovedtillitsvalgt v/Utdanningsforbundet i Ringerike, fysioterapeut, helsesykepleier og prosjektleder. Gruppa har møttes en gang i måneden.

Mandat: Ivareta medvirkning og bistå i utvikling av tiltak for å nå prosjektmål i Ringeriksskolen.

- **HOPP-team/arbeidsgruppe:** Fysioterapeut, helsesykepleier og prosjektleder for HOPP. Alle deltagere holder til i enhet for Forebyggende helsetjenester barn og unge/folkehelse og har ukentlige samarbeidspunkter.

Mandat: Utarbeide forslag til tiltak og gjennomføre tiltak.



1.4 Aktiviteter og tiltak

Flere av tiltakene i HOPP-prosjektet er hentet helt eller delvis fra HOPP i Horten eller Grorudprosjektene. Den gode delingskulturen de har vist har vært en avgjørende støtte i tiltaksutviklingen. Noen av tiltakene har vi tilpasset, og noen er utviklet selv. Tiltakene er fortløpende implementert i prosjektperioden. Nedenfor følger kort beskrivelse av de mest vesentlige tiltakene som er gjennomført.

- **Felles kommunale føringer:** Det er utarbeidet felles retningslinjer for kosthold og fysisk aktivitet. Disse har utgangspunkt i nasjonale retningslinjer og anbefalinger, rammeplan for SFO og læreplanen, med noen lokale tilpasninger. Det er også utarbeidet tilhørende veileder for retningslinjene. Retningslinjene tredder i kraft fra og med august 2022. Retningslinjene og veilederne ligger åpent på kommunens sider: [Ringerike kommune - HOPP i Ringerike](#)
- **HOPP-kontakter:** Alle skoler har en egen HOPP-kontakt. HOPP-kontaktene har spesielt ansvar for å spre gode holdninger, delegere og følge opp HOPP-tiltak på sin skole. HOPP-kontaktene er viktige støttespillere til rektor og motsatt. Det er opprettet et eget dokument/retningslinjene for organisering av HOPP og ansvarsområder tilknyttet HOPP-kontaktene. Dokumentet er forankret i rektorgruppa og ligger i kommunens dokumentbibliotek.
- **HOPP-nettverk:** Alle HOPP-kontakter er tilknyttet et HOPP-nettverket med 3-4 samlinger i året. Hensikten med nettverket er at det skal være lærende og samlende, samt gi inspirasjon og støtte til arbeidet på egen skole. Prosjektleder koordinerer og leder nettverkene sammen med HOPP-teamet.
- **Samarbeid med [RØRE-prosjektet](#):** Totalt 8 skoler fra grunnskolen i Ringerike søkte og fikk bevilget midler til ulike prosjekter gjennom RØRE-prosjektet. Etter avtale fikk vi som kommune på vegne av HOPP søke, og ble bevilget med midler både for skoleåret 2021/2022 og 2022/2023. Gjennom RØRE-prosjektet fikk vi skoleåret 2021/2022 midler til utstyr til FAL til alle trinn i Ringeriksskolen samt



frikjøpt en RØRE-ambassadør (om lag 10% stilling) for hele barnetrinnet i kommunen. For skoleåret 2022/2023 fikk vi bevilget midler til å lage en informasjonsfilm om HOPP i Ringerike kommune, teksten på flere språk. Resultatet av filmen kan sees her: [Ringerike kommune Vimeo](#) For dette skoleåret fikk vi også frikjøpt en RØRE-ambassadør (om lag 10% stilling) for hele ungdomstrinnet i kommunen. RØRE-ambassadørene er tilknyttet RØRE-programmet og har fått delta på samlinger i regi av fylkeskommunen. I Ringerike har RØRE-ambassadører fungert som HOPP-kontakter og jobbet for å spre inspirasjon og veilede i bruk av FAL i egen skole og på tvers av skolene.

- **FAL- idebank:** Alle lærere og ansatte i skole har tilgang til en felles idebank for FAL og aktivitetspauser i sin digitale plattform. Idebanken er i stor grad øktplaner og ideer som er utarbeidet av HOPP i Horten kommune.
- **Felles fagdag:** November 2021 var alle ansatte i barneskolen invitert til felles fagdag med HOPP. Første del av dagen bestod av 3 digitale foredrag. 1) Om prosjektet og hvorfor HOPP i Ringerike kommune v/prosjektleder og kommunalsjef for Utdanning og familie. 2) Erfaringer fra HOPP i Horten v/prosjektleder og ernæringsrådgiver i Horten kommune. 3) Fysisk aktivitet og hjernen v/Ole Petter Hjelle. Del to bestod av digitalt foredrag av kommunens RØRE-ambassadør om fysisk aktiv læring (FAL), deretter FAL i praksis på den enkelte skole. Dette ble ledet av skolens egne HOPP-kontakter som i forkant har hatt egne samlinger om FAL.
- **HOPP i SFO-nettverk:** August 2022 ble det gjennomført to timers workshop med SFO-nettverket i kommunen. Tema var mat, og hensikten var å informere og inspirere om matserving på SFO i tråd med felles retningslinjer. Helseyskepleier i HOPP-teamet og prosjektleder for HOPP ledet workshopen. Fra 2024 har vi lagt en plan for at HOPP skal være tema 4 ganger i året, hvor vi tar opp aktuelle temaer og legger opp til erfaringsdeling.



- **Felles innkjøpsliste:** Felles, kvalitetssikret innkjøpsliste er en av suksessfaktorene for HOPP i Horten. Vi har tilpasset listen og gjort den tilgjengelig fra august 2022. Klinisk ernæringsfysiolog ved Ringerikskjøkken har evaluert og justert innholdslista høsten 2024. Innkjøpslistene ligger digitalt der skolene har rammeavtaler, på ODA og Meny.
- **Matpakkebrosjyre:** Med utgangspunkt i matpakkebrosjyre fra Horten kommune har vi tilpasset vår egen [matpakkebrosjyre-ringerike.pdf](#). Barnehagene viser til denne i foreldremøter og deler ut ved behov. Denne kunne med fordel vært oversatt til flere språk.
- **HOPP-festival og Verdensdagen for psykisk helse:** HOPP-kontaktene arrangerer HOPP-festival på sine skoler hver vår. Målet er å fremme samhold, bevegelsesglede og/eller matglede. HOPP-festivalen legges opp ettersom det passer for den enkelte skole. Nedenfor er noen eksempler på hvordan dette ble markert ved ungdomstrinnene i Ringeriksskolen:
 - Musikk i friminuttene. Langbordlunsj i klasserom og FAL-økter. Ungt entreprenørskap hadde denne uken salg av matretter i tråd med HOPP.
 - Aktivitetsdag og felles lunsj utendørs.
 - Natursti og servering av smoothie til alle elevene.
 - Søppelplukking.
 - Tradisjonelle leiker med potetløp, sekkeløp, stylder, tautrekking osv.
 - Under Verdensdagen for psykisk helse i oktober blir HOPP-kontaktene oppfordret til å lage aktiviteter i samarbeid med helsesykepleierne under temaene [Om Hverdagsglede | Rådet for psykisk helse](#).
- **Felles fagplan og fagsamling i Mat og helse-faget:** Det er utviklet en felles fagplan og en oppskriftsbok i Mat og helse-faget i Ringerike. Hver høst blir alle skolene invitert til felles fagsamling for alle som underviser i faget.



- **Matpakkekampanje:** Kampanjer for å fremme og engasjere elever og foresatte til å lage matpakker som gjør skoledagen god. Kampanjen er utviklet i HOPP-nettverket og gjennomføres to ganger i året, i starten av skoleåret og etter nyttår.
- **Kantinekurs for ungdomstrinnet:** Våren 2024 ble alle ansvarlige for kantinedrift og salg ved ungdomstrinn invitert til kantinekurs. Instruktører fra mathjelpen.
- **SFO-dag for alle ansatte:** Egen dag for alle SFO ansatte i Ringeriksskolen på planleggingsdag i august 2024. Det ble gjennomført aktivitetslederkurs og Fiskesprellkurs. Det er planlagt for å avholde lignende program i årene fremover.
- **Fokusuke FAL:** Uke 48 i 2024 ble det ekstra fokus og idedeling på Fysisk aktiv læring i grunnskolen. Det er planlagt å ha en årlig fokusuke med FAL på høsten.

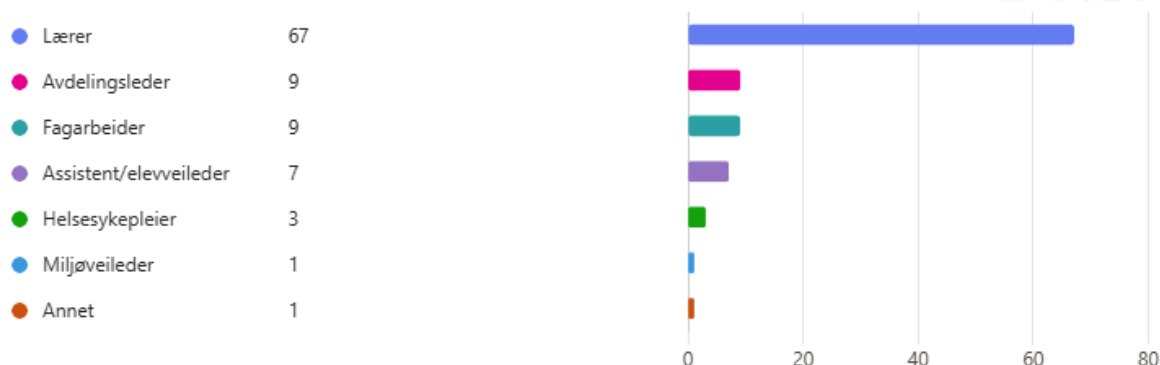
2 Metode

Prosjektevalueringen er basert på svar fra digitale spørreskjemaer og 8 intervjuer med representanter fra målgruppene: rektor, lærer, SFO-ansatt, elever, FAU og helsesykepleier. Spørsmål og framgangsmåte ble utformet av HOPP-teamet i Ringerike. Alle spørreskjemaer ble sendt ut, besvart og samlet inn elektronisk via appen Forms i Microsoft Office. Spørreskjemaene bestod av en kombinasjon av vurdering av påstand, valg og utdypende tekst. Det ble sendt ut spørreskjema til følgende grupper:

- Lærere og ansatte ved skolene* (Totalt 100 svar)
- Rektorer (Totalt 5 svar)
- Elevråd (Totalt 6 svar)
- HOPP-kontakter (Totalt 7 svar)
- SFO-ansatte (Totalt 26 svar)
- Foresatte (Totalt 497 svar)

*Ansatte i skolen er representert ved ulike stillinger. De fleste som har svart er lærere.

Diagrammet nedenfor (figur 2) viser antall svar fra forskjellige stillinger/roller.



Figur 2) Diagrammet viser antall svar fra ulike roller av ansatte i Ringeriksskolen.

Prosjektleder for HOPP i Ringerike har skrevet rapporten. Dette kan prege vinklingen på rapporten da det stiller krav til prosjektleders subjektive tolkninger. Prosjektgruppa har gitt innspill til rapporten, og rektorgruppa har fått mulighet til å komme med tilbakemelding før ferdigstilling. Det er viktig å presisere at dette er en egevalueringsrapport og ikke forskning. Rapporten baserer seg hovedsakelig på kvalitative data som er hentet inn. Selv om vi har inkludert noen mer objektive spørsmål, er det metodiske svakheter som gjør at vi ikke kan trekke definitive konklusjoner, men heller sammenligne og vurdere.

I tillegg er det gjort en kartlegging av kantine ved ungdomstrinnene. Dette ble gjort i samtalemøter med ansvarlige for kantinedrift på de ulike skolene. Kartleggingen er utført av klinisk ernæringsfysiolog ved Ringerikskjøkken, Pernille Vogel Vetvik og prosjektleder for HOPP. Se egen rapport om Ungdomsskolekantiner.

3 Resultater – sentrale punkter

Dette kapittelet presenterer resultatene fra evalueringen utført blant ulike målgrupper. Evalueringen hadde som mål å samle inn tilbakemeldinger og innsikt for å måle endringer siden oppstart av HOPP-prosjektet, samt forbedre satsningen på HOPP i Ringerike fremover.



Resultatene er basert på svarene fra lærere, ansatte i skole, rektorer, foresatte, SFO-ansatte, HOPP-kontakter og elever.

3.1 Hovedfunn

3.1.1 Positive Effekter

- **Økt bevissthet rundt matvalg:** Elevene har fått en bedre forståelse av betydningen av sunn mat og er mer bevisste på matvalgene de tar. Flere foresatte merker at barna har vist større interesse for hva de har i matpakken og at de velger sunnere alternativer enn før. Noen foresatte bemerker også at det har en effekt på eget bidrag, som ved dette sitatet fra en foresatt:

«(...) jeg tror det bidrar til at barna får i seg mer grønnsaker/frukt og at det er positivt å se andre spise det samme. For oss har det blitt til at vi er flinkere til å sende med grønnsaker/frukt i matpakken hver dag. (...)»

En gruppe ungdomselever svarer at de er blitt mer bevisst på eget kosthold og setter pris på at skolen har regler.

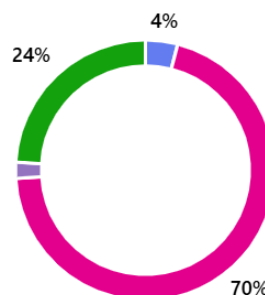
«(...) Sunt kosthold med mer næring gjør at du holder fokus gjennom dagen. Det er ikke bra å bare spise dritt, det er fint at skolen er et sted vi ikke får gjøre det.»

- **Mer fysisk aktivitet og FAL:** Flere lærere integrerer fysisk aktivitet i undervisningen, noe som flere mener har ført til mer engasjerte og mindre rastløse elever. Det er også et positivt fokus på fysisk aktivitet i skolen, og noen foresatte opplever at barna er mer aktive og engasjerte i fysisk aktiv læring. Evalueringen viser at de aller fleste lærere benytter FAL i undervisningen ved behov (figur 3), og 56 av 77 lærere som har undervisning svarer at de tilrettelegger for FAL daglig eller ukentlig (figur 4).



11. Hvordan tilrettelegger du for fysisk aktiv læring (FAL)?

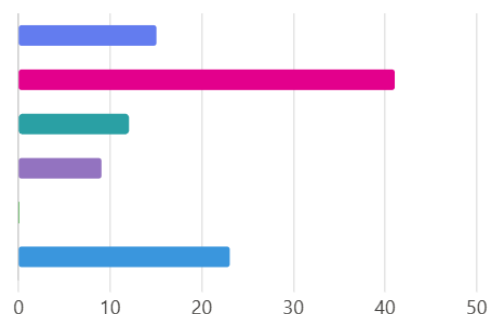
FAL er timeplanfestet/arbeidsplanfestet	4
Ved behov	70
Bruker ikke FAL	0
Har ikke kommet i gang med FAL enda	2
Er ikke lærer/har ikke undervisning	24



Figur 3) Diagrammet viser hvordan lærere tilrettelegger for fysisk aktiv læring (FAL). 4% svarer at FAL er timeplanfestet, 70% at de bruker det ved behov, 2% har svart at de ikke har kommet i gang med FAL, og 24% av de som har svart har ikke undervisning.

12. Hvor ofte tilrettelegger du for FAL?

Daglig	15
Ukentlig	41
Månedlig	12
Sjelden	9
Aldri	0
Er ikke lærer/har ikke undervisning	23



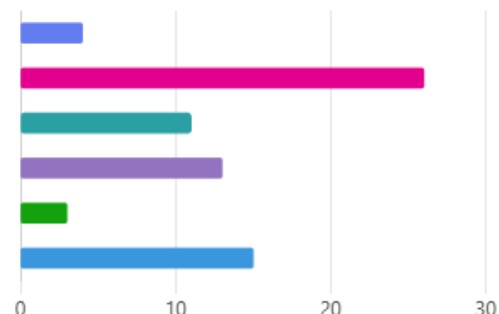
Figur 4) Diagrammet viser hva ansatte i skolen har svart på spørsmål om hvor ofte de tilrettelegger for FAL.

Sammenlignet med samme spørsmål ved midveisevalueringen på ungsomtrinnet (figur 5) kan det se ut til å være en positiv utvikling i tilretteleggingen for fysisk aktiv læring (FAL) blant ansatte i skolen. I midtveisevalueringen svarte 4 ansatte at de tilrettela for FAL daglig, 26 ukentlig, 11 månedlig, 13 sjelden, og 3 aldri. I prosjektevalueringen svarte 15 ansatte at de tilrettela for FAL daglig, 41 ukentlig, 12 månedlig, 9 sjelden, og ingen svarte aldri. Antallet som ikke er lærere eller ikke har undervisning økte fra 15 til 23.



8. Hvor ofte tilrettelegger du for FAL?

Daglig	4
Ukentlig	26
Månedlig	11
Sjelden	13
Aldri	3
Er ikke lærer/har ikke undervisning	15



Figur 5) Diagrammet viser svar fra midtveiseevaluering på ungdomstrinnet der lærere svarer på hvor ofte lærere tilrettelegger for FAL.

Dette indikerer en økning i daglig og ukentlig tilrettelegging for FAL, noe som tyder på at flere ansatte nå integrerer fysisk aktivitet i undervisningen regelmessig. Samtidig har andelen som aldri tilrettelegger for FAL, blitt redusert til null, noe som viser en positiv utvikling i implementeringen av FAL i skolehverdagen. Dette understrekes blant kvalitative svar fra lærere.

«Flere og flere bruker FAL i undervisning. (...)»

«Vi har fått mer fokus på FAL, men må holde det varmt.»

«FAL har fått mer plass i skolehverdagen vår.»

«Jeg er ny ved skolen så det er vanskelig å svare på effekten fra tidligere år, men på vårt trinn har vi god effekt ved bruk av FAL. Vi har timeplanfestet 1,5 t i uka der vi integrerer fag med bevegelse. I tillegg bruker vi brainbreaks og just dance som avbrekk når det er behov. Elevene selv nevner ofte fysik som et favorittfag og de er engasjerte i arbeidet.»

Korte avbrekk med fysisk aktivitet kan hjelpe elever med konsentrasjon og uro. På spørsmål om HOPP har hatt effekt på deres skole svarer noen lærere og ansatte at de ser positive effekter relatert til mer fysisk aktivitet og FAL:

«Veldig positiv effekt. Favner hele elevgruppen.»



«Elevene liker å bevege seg når de jobber faglig. De har blitt vant til det, og vet hvilke regler som gjelder. Det er lettere å få meg seg alle i FAL-undervisning enn når de arbeider ved pulten.»

«Det kan styrke det sosiale mellom elevene.»

«Vi får mer engasjerte elever og bedre læring.»

«Elevene blir mindre rastløse.»

«FAL er positivt for elever som har mye uro.»

- **Bedre kosthold:** Det er flere lærere og ansatte som svarer at de observerer mindre usunn mat i matpakker og på personalrommet. Det har også vært en økt bevissthet fra skolens side rundt kosthold, både i hva som spises og serveres. En av rektorene svarer følgende på hvilke endringer som er gjort med tanke på kosthold:

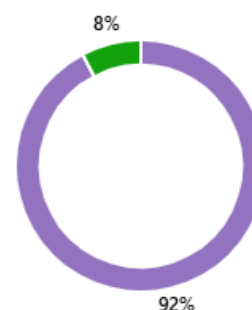
«Klar endring i kosthold fra skolen sin side; mye mer sunne matvarer i kantine, i kjøkkengruppe og når det serveres noe på skolen. Mye grønnsaker, frukt osv. Mer bruk av grove melprodukter osv. Daglig frukt/grønt på SFO er også en endring.»

Ifølge rektorene følger skolene de lokale bestemmelsene om inntil 5 dager der skolen kan legge til rette for/tilby kake, is eller andre søtsaker til elevene. Dette stemmer overens med hva ansatte i SFO svarer (figur 6). Likevel er det en uoverensstemmelse med hva ansatte og lærere i skolen, elever og foresatte svarer på samme spørsmål. Dette henger sammen med kantinetilbudet i ungdomstrinnet. Se eget punkt nedenfor, samt rapport fra kartleggingen.



12. Hvor ofte serveres kake, is eller andre søtsaker til elevene? (Tenk på de gangene SFO serverer og de anledningene SF O åpner for at elevene selv kan ta med) (0 poeng)

● Daglig	0
● Ukentlig	0
● Månedlig	0
● 1-5 ganger i året	24
● Aldri	2



Figur 6) Diagrammet viser hvor ofte SFO tilbyr/serverer kake, is eller andre søtsaker.

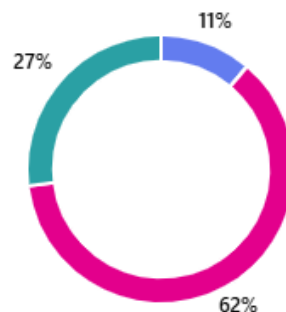
Matpakkekampanjen trekkes frem som et positivt tiltak av flere lærere og foresatte. Det ser ut til at det har hatt en positiv effekt de ukene den varer, med økt fokus på sunne matpakker og elevene er mer engasjert i å lage matpakkene.

- **Bedre tid til å spise:** Resultatene fra sluttevalueringen viser en positiv utvikling i forhold til målet om å gi elevene minst 20 minutter til å spise. I kartleggingen svarte 7 av 63 ansatte at elevene fikk mindre enn 20 minutter, mens 39 svarte at de fikk nøyaktig 20 minutter, og 17 svarte at de fikk mer enn 20 minutter (figur 7). I sluttevalueringen, som inkluderte både barne- og ungdomstrinn, svarte kun 3 av 100 ansatte at elevene fikk mindre enn 20 minutter, 43 svarte at de fikk 20 minutter, og hele 54 svarte at de fikk mer enn 20 minutter (figur 8). Dette tyder på at flere skoler nå gir elevene tilstrekkelig tid til å spise, i tråd med anbefalingene. En svakhet ved sammenligningen er at kartleggingen kun omfattet ungdomstrinnet, mens sluttevalueringen inkluderte både barne- og ungdomstrinn.



25. Hvor lang tid får elevene til å spise? (0 poeng)

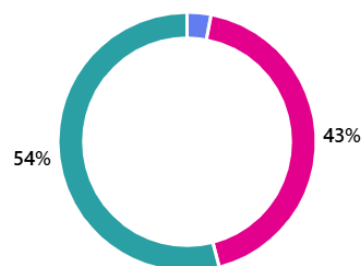
Mindre enn 20 minutter	7
20 minutter	39
Mer enn 20 minutter	17



Figur 7) Diagrammet fra kartleggingen på ungdomstrinnet i 2022 viser hvor stor andel av ansatte i skolen svarer på spørsmål om hvor lang tid elevene får til å spise.

10. Hvor lang tid får elevene til å spise?

Mindre enn 20 minutter	3
20 minutter	43
Mer enn 20 minutter	54



Figur 8) Diagrammet fra evalueringen viser hvor stor andel ansatte i skolen som svarer på spørsmål om hvor lang tid elevene får til å spise.

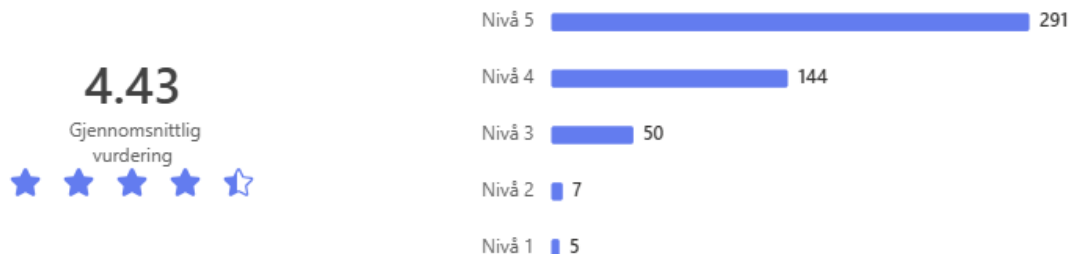
- Generell positiv oppfatning fra målgruppene:**

Foresatte: Mange foresatte synes det er bra med fokus på kosthold og fysisk aktivitet (figur 9), og noen har opplevd positive endringer i barnas holdninger til mat og helse.

«Har opplevd at ungene er mer ute i løpet av uka og det er helt topp.»



8. I hvilken grad synes du det er viktig at skolen har fokus på fysisk aktivitet og kosthold? (1= lite viktig, 5=svært viktig) [Fl](#)



Figur 9) Diagrammet viser svar fra foresatte på spørsmål om i hvilken grad de synes det er viktig at skolen har fokus på fysisk aktivitet og kosthold.

Elever:

Elevene synes aktivitetene som henger sammen med HOPP er gøy og engasjerende. Noen presiserer også at det gir gode muligheter for elevene å medvirke, noe de setter pris på. Dette kan for eksempel være medbestemmelse rundt hva som serveres i ulike tilstelninger eller fysiske aktiviteter de får gjøre som avbrekk i undervisningen.

«Vi elevene kan være med å finne på ting, gjøre litt mer ut av det. Det er veldig gøy hvis læreren kan få høre hva vi tenker, så kan vi være med å bestemme litt.»

Lærere og ansatte: Flere lærere påpeker at det er blitt mer «greit» å benytte handlingsrommet og bruke FAL og for eksempel ha undervisning utendørs. Noen lærere mener også at HOPP har ført til mer fysisk aktivitet blant personalet og de fleste skolene har mindre søtsaker på personalrommet. Det er også lærere som trekker frem betydningen av å være en god rollemodell.

«Jeg har ikke den forpliktelsen med at vi må ha nesa i boka hele tiden. Jeg kan lage undervisning hvor elevene er i bevegelse. Læreren er også i bevegelse når elevene er i bevegelse.»



«Jeg mener HOPP har effekt, fordi jeg som lærer fokuserer på det, og kan bringe verdiene som ligger implisitt i dette verktøyet videre til elevene. Det fungerer også i den forstand at jeg selv er mye mer nøye med å ikke bringe inn dårlige matvaner, men heller motsatt, oppfordre til å spise sunt og bevege seg.»

Helsesykepleiere som jobber på skolene, presiserer at HOPP er noe av det viktigste vi gjør på systemnivå. Det at det ligger en innsats i å fremme mer fysisk aktivitet og bedre kosthold på flere arenaer og det henger sammen med deres virke på skolen.

SFO-ansatte: Samlet sett ser det ut til at tiltaket har hatt en positiv effekt på bevisstheten rundt sunn mat og fysisk aktivitet på SFO.

«Mer fokus på fysisk aktivitet og sunt kosthold i hverdagen på SFO. Positivt at flere barn setter pris på f.eks. frukt og grønt til måltider, og liker å være i aktivitet»

«På SFO har barn og voksne fått en mer sunn og mer aktiv hverdag. Lettere å stille krav til ansatte, ligger forventninger til at alle må ta i et tak.»

HOPP-kontakter: HOPP-kontakter opplever at ansatte og foresatte ser mer positivt på skolens satsning på HOPP nå, og det har vært en positiv endring i holdninger over tid. HOPP-nettverket i kommunen fungerer godt og HOPP-kontaktene setter pris på å møtes på tvers av skoler og dele erfaringer med hverandre.

«Jeg syns det har vært utelukkende positivt. Det å møte andre fra andre skoler i kommunen, høre med hverandre, få tips og triks.»

Rektorer: HOPP-programmet har hatt en positiv effekt på elever, foresatte og ansatte. Det har blitt en integrert del av hverdagen, og det er et fokus på å dele positive opplevelser. Det har vært en økt bevissthet rundt kosthold, både i hva som spises og serveres. Det har også vært innkjøp av materiell som gjør det lettere å bruke fysisk aktiv læring.



«HOPP i skolen handler om å jobbe for at barn og ungdom skal ha det best mulig på alle plan. HOPP handler om kosthold, aktivitet og søvn, men også mye mer. Det handler om et trygt skolemiljø, å mestre skoledagen og gjøre barn og unge robuste. Barn blir mer robuste, hvis de grunnleggende behovene er dekket.»

3.1.2 Utfordringer og Usikkerheter

- **Variasjon i implementering:** Noen lærere opplever at tiltakene fungerer best når de er naturlig integrert i undervisningen, mens andre synes det er vanskelig å gjennomføre systematisk. Det kommer frem av svarene at det er svært ulikt hvordan HOPP er satt i system.

Noen skoler har kommet lengre enn andre med å implementere HOPP i hverdagen, og gjøre det godt kjent blant elever og foresatte. En elevgruppe på en av skolene beskriver hva HOPP er for dem:

«Når vi tenker på HOPP så tenker vi på mesternes mesterdag og skidag, utedager, FAL, frukt, sunn mat, fysak, mat og helse, dusjing, mat og helse. Vi lager sunn mat- fisk i folie med masse grønnsaker- Vi lager masse sunne ting, ikke kake, men vi lagde risboller før jul, men det var litt sånn vi kan gjøre til høytider. Vi lager produkter som er sunne og med naturlige varer. For ca. en uke siden lagde vi grovbrød, for to uker siden lagde vi fiskepinner, så lagde vi lagde mere mat av den maten som ble til overs- sånn fisk i folie.»

En elevgruppe fra en annen skole svarer:

«Elevene opplever at lærerne ikke bruker det. Mellomtrinnet og småtrinnet spør hva det er.»

Sitatene ovenfor gjenspeiler hvor mye skolen har jobbet med HOPP. Noen foresatte opplever at fysisk aktivitet blir nedprioritert når noe må vike. Det er også flere foresatte som påpeker forskjeller både innad på skoler og mellom ulike skoler:



«At alle burde ha lik praksis. Ikke at noen får lov og andre ikke. I husstanden vår har vi ett barn på (skole) og ett barn på (skole). Med forskjellige regler.»

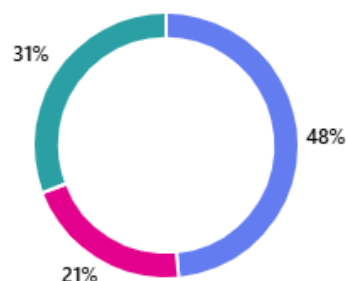
«Vet ikke så mye om effekt, for vet ikke konkret hva slags tiltak som gjøres i hverdagen. Lurer også på hvorfor 5 trinn ofte får ha med soft, iste, tursjokolade på turer/annerledesdager og får servert kake som belønning på skolen.»

Noen ansatte ved både skole og SFO etterlyser støtte fra ledelsen for å få gjennomslag for HOPP-tiltak. Det gjelder spesielt for hva som tilbys og serves.

- **Manglende informasjon:** Flere foresatte har ikke hørt om HOPP eller har fått lite informasjon om tiltaket. 21% av foresatte svarer at de ikke er kjent med skolens arbeid med HOPP (figur 10) og 34% av lærere og ansatte svarer at de ikke opplyser foresatte om HOPP (figur 11).

2. Kjenner du til skolens arbeid med HOPP?

● Ja	241
● Nei	103
● Delvis	153

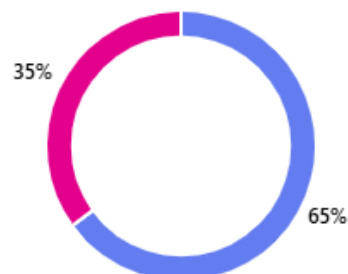


Figur 10) Diagrammet viser hva foresatte har svart på spørsmål om de kjenner til skolens arbeid med HOPP.



13. Opplyser og informerer du foreldre og foresatte om HOPP?

● Ja	65
● Nei	35

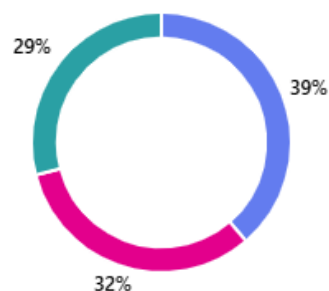


Figur 11) Diagrammet viser hva ansatte i skolen har svart på spørsmål om de opplyser og informerer foreldre og foresatte om HOPP.

Sammanlignet med samme spørsmål fra midtveisevalueringen på ungdomstrinnet (figur12) kan det se ut som HOPP er mer kjent nå enn da. Midtveisevalueringen hadde kun 31 svar der svarte 32% at «nei» på spørsmål om de kjenner til skolens arbeid med HOPP.

2. Kjenner du til skolens arbeid med HOPP?

● Ja	12
● Nei	10
● Delvis	9



Figur 12) Diagrammet viser svar fra FAU-representanter under midtveisevalueringen på ungdomstrinnet i 2024 på spørsmål om de kjenner til skolens arbeid med HOPP.

- **Blandet respons på kosthold:** Noen foresatte mener at fokuset på å eliminere usunn mat kan være for strengt og at det er viktig å også lære barna om balanse og matglede. Noen foresatte er bekymret for at fokuset på sunt kosthold kan føre til stress hos barn som allerede har et godt kosthold og er fysisk aktive.



Tilbakemeldingene fra foresatte er delte. På spørsmål om de har opplevd en effekt av satsningen på HOPP i skolen er mange nøytrale, noen positive og noen kritiske.

Sitatene nedenfor belyser noen av de ulike sidene:

«Syns det er to delt, barna har ofte ikke nok tid til å spise opp maten fra nisten, så det bør legges ned en innsats der barna får god tid til måltidet. Mine barn trenger alt de kan få av mat (tynne og meget aktive) jeg opplever at det er på skolen de får i seg minst energi.»

«Kostholdet på SFO opplever vi ikke er i tråd med HOPP eller retningslinjer for kost i SFO/barnehage. Det har blitt servert marshmallows på tur mange ganger, en gang i uken cornflakes o.l.»

«Når det gjelder mat vil dattera mi ta med seg både grønnsaker og bær i matpakken sin hverdag.»

«Jeg synes det er helt fint at barna mine får servert mat etter retningslinjene»

«Har ikke gjort noen refleksjoner rundt dette»

«Kan ikke si jeg har merket noen spesiell effekt.»

Det ser også ut til at arbeidet med fysisk aktivitet blir bedre tatt imot enn arbeidet med kosthold.

«Uenig i at kommunen skal styre hva eleven har i matpakken. Positivt med fysisk aktivitet».

Noen ansatte synes det er synd at man for eksempel ikke kan feire bursdagsbarn med litt ekstra en gang i måneden eller benytte godteri som premier. En lærer beskriver det slik:

«Vi har fått beskjed om at vi ikke skal premiere med godteri- vi har tenkt at det er ganske ufarlig. For meg har det blitt ett "fy- fy", og da protesterer jeg. Jeg er usikker på hvem/eller hva som har gjort at vi opplever der som noe negativ, men det har blitt oppfattet som et «fy- fy».



- **Skjerm under måltidene:** Resultatene fra sluttevalueringen viser en endring i bruken av skjerm under måltidene i skolen sammenlignet med midtveisundersøkelsen i 2023. I midtveisundersøkelsen svarte 8 av 49 ansatte at skjerm ble brukt daglig, 29 svarte ukentlig, 8 svarte månedlig, 1 svarte noen få ganger i året, og 3 svarte aldri (figur 13). I prosjektevalueringen, som inkluderte flere svar, svarte 6 av 100 ansatte at skjerm ble brukt daglig, 38 svarte ukentlig, 11 svarte månedlig, og 45 svarte sjelden eller aldri (figur 14). Dette indikerer en reduksjon i daglig skjermbruk og en økning i antall ansatte som rapporterer sjelden eller aldri bruk av skjerm under måltidene. Det er viktig å merke seg at sluttevalueringen inkluderte både barne- og ungdomstrinn, mens midtveisundersøkelsen kun omfattet barnetrinnet.

9. Hvor ofte benyttes skjerm under måltidene i skolen? (0 poeng)



Figur 13) Diagrammet fra midtveisevalueringen i barnetrinnet 2023 viser andel svar fra ansatte i barnetrinnet på spørsmål om hvor ofte skjerm benyttes under måltidet i skolen.

9. Hvor ofte benyttes skjerm til måltidene?



Figur 14) Diagrammet fra prosjektevalueringen 2025 viser andel svar ansatte i skolen har svart på spørsmål om hvor ofte skjerm benyttes til måltidene.



Selv om det kan se ut som færre benytter skjerm nå enn tidligere er det flere foresatte som reagerer på skjermbruk under måltidene.

Synes dessverre at det å slå på tv programmer under måltider ikke er sunt og skolen bør legge vekt på å gå fra dette.

- **Kantinedrift ved ungdomsskolene:** Foresatte har uttrykt kritikk angående hva som selges i kantinene. Kartlegging av kantinene viser at de ikke følger lokale retningslinjer for mat og måltider i skolen. Kantineansvarlige opplever utfordringer med å finne gode, raske alternativer som elevene faktisk kjøper. For mer detaljer, se rapport fra klinisk ernæringsfysiolog.

3.2 Hva trengs for å fortsette?

Blant innspillene om hva som er viktig for å fortsette med HOPP i Ringerike ble det nevnt fra de ulike målgruppene ved skolen at det blir viktig å opprettholde nettverk og HOPP-kontakter, samt ha en HOPP-koordinator felles i kommunen. Det er ønskelig med flere tips og ideer, kampanjer om psykisk helse og søvn, og mer informasjon er nødvendig for å styrke forståelsen av hvorfor tiltakene er viktige. Skole-hjem samarbeid må fortsette å utvikles, og innspill fra foresatte tyder på at HOPP bør integreres mer i foreldremøter de første årene av skoleløpet. Elever ønsker å bli tatt mer med i prosesser rundt medbestemmelse i aktiviteter.

3.3 Konklusjon

Resultatene fra evalueringen viser at HOPP generelt blir godt mottatt av målgruppene, men det er også identifisert flere områder for forbedring. Disse innsiktene vil være verdifulle for å gjøre nødvendige justeringer og forbedringer fremover.



4 Diskusjon

Evalueringen av HOPP-prosjektet i Ringeriksskolen viser at tydelig forankring og føringer fra ledelsen har en betydelig effekt på praksis. Når ledelsen gir klare retningslinjer og støtte, ser vi at tiltakene blir bedre implementert og gir mer konsistente resultater. Dette understreker viktigheten av skoleledelsens rolle i å drive endring og sikre at tiltakene blir en integrert del av skolehverdagen.

Opplevde positive effekter av tiltakene gir økt motivasjon blant lærere og ansatte. Når de ser konkrete forbedringer i elevenes helse og trivsel, blir de mer engasjerte og villige til å fortsette arbeidet. Dette skaper en synergieffekt hvor positive resultater fører til økt innsats og videre forbedringer.

Kunnskap, forståelse og informasjon er avgjørende for suksess. Vi ser en holdningsendring, spesielt blant ansatte når vi sammenligner med tidligere evalueringer. Samtidig viser denne evalueringen at holdningsarbeid er en kontinuerlig prosess og ikke noe vi er, eller kanskje kommer «i mål med». Alle involverte, inkludert elever, foresatte og ansatte, trenger å forstå hvorfor tiltakene gjennomføres og hvilken betydning de har. Økt bevissthet og kunnskap bidrar til bedre samarbeid og større engasjement.

Det har skjedd mange positive endringer gjennom prosjektet, som økt bevissthet rundt sunn mat og fysisk aktivitet, bedre tid til måltider, og mer FAL og mindre søtsaker i regi av skolen. Disse endringene viser at tiltakene har hatt en reell effekt på elevenes hverdag.

Likevel er det fortsatt utfordringer som må adresseres. Variasjon i implementeringen av tiltakene mellom skoler og innenfor skolene selv viser at det er behov for mer lik praksis. Manglende informasjon til foresatte og ulik støtte fra ledelsen er også områder som må forbedres.

Læringspunkter fra evalueringen inkluderer viktigheten av kontinuerlig støtte og oppfølging fra ledelsen, samt behovet for å opprettholde nettverk og HOPP-kontakter. Videre må det arbeides med å øke forståelsen og informasjonen om tiltakene, og sikre at alle involverte parter er godt informert og engasjert.



4.1 Måloppnåelse

Evalueringen av HOPP-prosjektet viser at flere av resultatmålene er oppnådd eller er på god vei til å bli oppnådd. Klare kommunale føringer for kosthold og fysisk aktivitet er utarbeidet både for barneskoler, SFO og ungdomstrinn, noe som har bidratt til en mer lik praksis. Kosthold og fysisk aktivitet er nå inkludert i planverkene både i skolen og kommunalt, og det er en økt bevissthet blant ansatte om de nasjonale retningslinjene og anbefalingene.

Fysisk aktiv læring (FAL) er blitt en integrert del av undervisningen for mange, men ikke timeplanfestet slik det i starten var tiltenkt. Kompetansehevende tiltak både for ansatte og foresatte innen kosthold og fysisk aktivitet er utarbeidet, der tiltak som personalmøter, fagdager, kampanjer og nettverksarbeid er viktige bidrag.

Selv om det er oppnådd betydelige fremskritt, viser evalueringen at det fortsatt er utfordringer knyttet til implementeringen av tiltakene. Variasjon i praksis mellom skoler og behovet for kontinuerlig støtte og oppfølging fra ledelsen er områder som må forbedres.

Det er viktig å presisere svakhetene ved evalueringen. Der det er sammenlignet med andre evalueringer, er de delt opp i barne- og ungdomstrinn, mens denne omfatter hele grunnskolen, noe som gjør det vanskelig å få et objektivt resultat. Spørsmålene som er stilt kan også tolkes på ulike måter av respondentene. Selv om rapporten er forsøkt holdt nøytral, kan subjektive tolkninger ikke utelukkes. Likevel tyder resultatene på at HOPP-prosjektet har hatt en positiv effekt på elevenes helse, trivsel og læring, og at det er et godt grunnlag for videre arbeid.



5 Veien videre

Veien videre innebærer å bygge videre på de positive endringene som allerede er oppnådd, samtidig som man adresserer de utfordringene som er identifisert. Det er viktig å fortsette å utvikle skole-hjem samarbeidet og integrere HOPP i foreldremøter, samt å øke fokus på psykisk helse, søvn, mer systematisk arbeid rundt FAL og andre helsefremmende tiltak. Med en helhetlig tilnærming og kontinuerlig innsats kan HOPP-satsningen fortsette å forbedre elevenes helse, trivsel og læring i Ringerike.