

2024-26

Røgfri Fremtid

Vejledning til lokalforeningens politiske indsats

Hvorfor er den politiske indsats vigtig?

Vi vil et liv uden kræft, og vi kan komme et godt stykke ad vejen ved hjælp af forebyggelse. Rygning er den forebyggelige risikofaktor, som er skyld i flest tilfælde af kræft. Ved at undgå røg vil to ud af ti kræfttilfælde kunne forebygges.

Børn og unge bruger ikke kun cigaretter, men mange forskellige nikotinprodukter. Nikotin er i sig selv ikke kræftfremkaldende, men er særligt skadelig for børn og unge. Et nikotinformbrug øger risikoen for at udvikle afhængighed af f.eks. cigaretter eller alkohol. Det øger også risikoen for at udvikle depression, angst og stress.

I Røgfri Fremtid har vi sat os det ambitiøse mål, at ingen børn og unge og højst 5 % af den voksne befolkning ryger i 2030. Der er god opbakning til vores sag i befolkningen, og der kommer løbende tiltag, der bringer os nærmere målet. Flere og flere arbejdspladser og udearealer bliver røg- og nikotinfri. Lokalforeningerne kan bidrage til at fastholde dette momentum og den positive udvikling.

I 2023 røg 17 pct. af danskerne dagligt eller lejlighedsvist. Størstedelen har et ønske om at stoppe. Her er et stopforløb den mest effektive vej. Ved at udbrede kendskabet til de forskellige stoptilbud kan lokalforeningerne bidrage til, at flere lykkes med deres stop. Undersøgelser viser, at ca. 35,9 pct. af de 15-29-årige i 2023 brugte mindst et tobaks- eller nikotinprodukt. Lokalforeningerne kan bidrage til tobaks- og nikotinfrembyggelsen på mange forskellige måder og derigennem medvirke til, at færre får kræft.

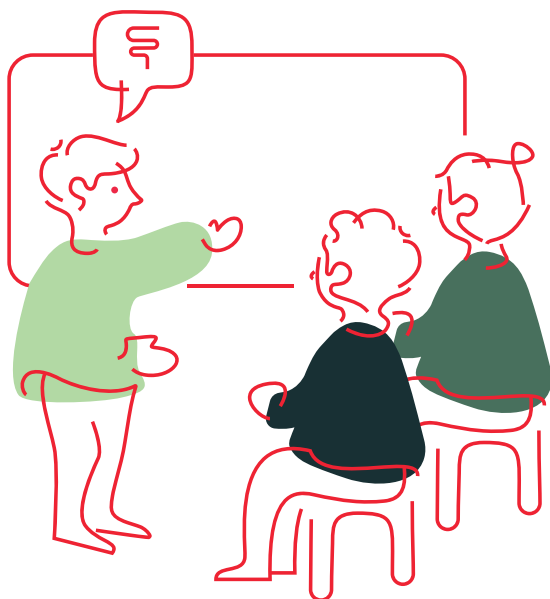


Hvad kan lokalforeningen gøre?

Der er forskel på, hvor langt de enkelte kommuner er i arbejdet med tobaks- og nikotinfobyggelse. Lokalforeninger og områdekonsulenter ved bedst, hvilke indsatser der rykker mest lokalt. Nedenstående skal ses som en inspiration til relevante indsatser.

Kommunerne bruger ofte undersøgelsen Sundhedsprofilen til at vælge, hvilke forebyggelsestilbud de skal prioritere. Profilen viser bl.a., hvor mange over 16 år der ryger og anvender andre former for nikotinprodukter i den enkelte kommune. Profilen kan være et godt redskab til at gøre problemet konkret og kan bruges som løftestang i dialogen med kommunen eller andre lokale aktører. Oftest har den enkelte kommune også tal fra lokale Ungeprofil-undersøgelser, der kan vise andelen af børn og unge, der har prøvet en eller flere former for tobaks- og nikotinprodukter.

I det følgende præsenteres en række indsatsområder, som lokalforeningen kan fokusere på. De to første områder egner sig godt til direkte kontakt med lokalpolitikkerne.



1.

Flere røg- og nikotinfri tiltag i lokalsamfundet

Det er vigtigt, at langt flere steder bliver røg- og nikotinfri. Røg- og nikotinfrie områder er en beskyttende faktor for særligt børn og unge. Det skærmer dem, der ikke anvender produkterne, og hjælper dem, der gerne vil stoppe.

De fleste kommuner har indført røgfri arbejdstid. Vi skal i mål med de sidste og udbrede det til øvrige arbejdspladser inden for kommunegrænsen. Udover arbejdspladser er det oplagt med røg- og nikotinfrie udearealer som strande, legepladser, byparker, søer, skove, idrætsanlæg og andre steder, hvor børn og unge færdes.

I kan som lokalforening arbejde for:

- At flere kommunale og private arbejdspladser bliver røg- og nikotinfri
- At kommunalt støttede arrangementer som f.eks. festivaler, byfester og koncerter afvikles som røg- og nikotinfri
- At flere udearealer bliver røg- og nikotinfri samt følge op på, hvordan det går med implementeringen – herunder synlighed med skilte, plakater eller lignende

2.

Rygestop til borgerne

Der er store helbredsgevinster ved et rygestop. Derfor er det vigtigt, at flere stopper med at ryge og bruge nikotinprodukter. Den mest effektive vej til ryge- og nikotinstop er gennem et stopforløb. Det kræver, at kommunen tilbyder gode stoptilbud rettet mod forskellige målgrupper. Samtidig skal kendskabet til tilbuddene udbredes, så flere får mulighed for at benytte sig af dem.

I kan som lokalforening arbejde for:

- At kommunen lever op til Sundhedsstyrelsens anbefaling om, at 5 pct. af de borgere, der ryger, modtager hjælp til rygestop
- At kommunen har og bibeholder gratis stoptilbud til borgerne
- At udbrede viden om tobaks- og nikotinprodukter samt stoptilbud til forskellige målgrupper
- At der i forbindelse med lokale begivenheder og årlige mærkedage som World No Tobacco Day, Lungedagen m.fl. reklameres for kommunens stoptilbud

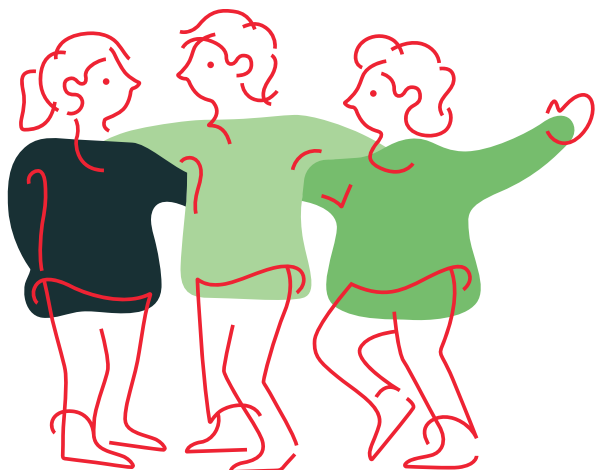
3.

Øget samarbejde omkring tobaks- og nikotinførebyggelse målrettet børn og unge

Voksne omkring børn og unge udgør en beskyttende faktor. Derfor er det vigtigt, at de voksne, der er tæt på børn og unge, har relevant viden om tobaks- og nikotinprodukter og deres skadelige virkning. Forskningen viser, at skoler, der har indført røgfri skoletid, forældreinddragelse og undervisning om tobaksforebyggelse, har markant færre elever, der ryger. Samme redskaber kan sættes i spil for at dæmme op for nikotinforbruget.

I kan som lokalforening arbejde for:

- At grundskoler og ungdomsuddannelser fastholder fokus på røg- og nikotinfri skoletid
- At grundskoler og ungdomsuddannelser prioriterer oplysning og undervisning om røg- og nikotinførebyggelse
- At kommunen sørger for, at forældre klædes på med viden om tobaks- og nikotinprodukter, samt hvordan de kan tage dialogen med deres børn. Det kan bl.a. ske via forældremøder
- At lokale fagpersoner samarbejder om den røg- og nikotinførebyggende indsats målrettet børn og unge, f.eks. sundhedsplejen, tandplejen, undervisere, studievejledere, SSP/DKE (kriminalitetsforebyggende samarbejde), ungdomsklubber, skolebestyrelser m.m.



Supplerende materiale

Supplerende materiale findes på frivillig.dk i gruppen 'Røgfri Fremtid'.
Her findes bl.a.:

- Uddelingsmaterialer som kataloger, postkort, plakater og pjecer til kommuner og partnere
- Mere information om nikotin og nikotinprodukter
- Eksempler på røgfri arbejdstid
- Eksempler på skiltning ved røgfri udearealer: 'Tak fordi du ikke ryger her'
- I gruppen findes desuden frivilligredskaber såsom vejledninger, faktaark, læserbrevskabeloner og budskabspapirer

Kontakt

Jacob Møller
jacobm@cancer.dk
Tlf.: 27 60 29 83

Kontakt til fagafdeling

kontakt@roegfrifremtid.dk

