



# Røgfri skoletid

**Børn og unge skal ikke lære at ryge i skoletiden. Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden anbefaler derfor røgfri skoletid, der kan forebygge rygestart og skabe fællesskaber uden røg.**

## Skoletid uden røg

Hver dag begynder 40 børn og unge under 18 år at ryge (1). Mange unge ryger, fordi de oplever venner og andre ryge, og på nogle skoler er rygning en del af det sociale liv. Rygning kan være en del af kulturen, som eleverne forsøger at tilpasse sig, når de er på skolen. For nogle unge fungerer rygning som en adgangsbillet til fællesskabet. Med røgfri skoletid kommer pauserne ikke til at handle om rygning, og det sociale liv opstår ikke omkring cigaretterne. Eleverne deler sig ikke op i dem, der ryger og dem, der ikke gør.

## Gevinster ved røgfri skoletid

- Færre elever starter med at ryge
- Støtter elever, der ryger, i at stoppe eller reducere deres forbrug
- Elever er ikke udsat for passiv rygning
- Styrker det sociale fællesskab på tværs
- Et sundere arbejdsmiljø for ansatte
- De ansatte er gode rollemodeller

**»Før der var røgfri skoletid, røg jeg omkring 20 stykker om dagen. I kraft af, at vi ikke må ryge i skoletiden, så ryger jeg måske kun 3-4 stykker om dagen«**

(Elev på SOSU skole)

## Røgfri skoletid virker

Forskning viser, at der er sammenhæng mellem rygeregler og antallet af rygere blandt eleverne. I grundskolen kan man halvere andelen af elever, der ryger, hvis skolen indfører røgfri skoletid og samtidig arbejder med forældreinddragelse og kompetence-givende undervisning (2, 3). Rygeregler ser ud til at have effekt, dog kun hvis reglerne håndhæves (4). Hvis skolens ansatte lykkes med konsekvent at håndhæve rygereglerne, bliver de overholdt af eleverne (5).

## Røgfri skoletid

- Røgfri skoletid betyder, at hverken elever, ansatte eller gæster må ryge, dampe eller snuse i skoletiden – hverken på eller uden for matriklen.

Røgfri skoletid omfatter altså alle tobaksrelaterede produkter dvs. alle produkter med tobak og nikotin, der ikke er godkendt som lægemidler. Det omfatter også produkter som fx e-cigaretter uden nikotin.

## Lovgivning

I december 2019 blev regeringen og en lang række partier i Folketinget enige om en national handleplan mod børn og unges rygning. Planen indeholder en række tiltag, blandt andet røgfri skoletid for elever på grundskoler og ungdomsuddannelser.

Handleplanen bliver behandlet i oktober 2020, men regeringen og Kommunernes Landsforening har besluttet, at røgfri skoletid på grundskoler, efterskoler og kostskoler, der har optag af børn og unge under 18 år, træder i kraft allerede fra skoleårets begyndelse 2020. På ungdomsuddannelser sker det fra august 2021.

**»For mange kan det måske se spændende ud at ryge. Så det her med at det kommer væk, det tror jeg gør, at man ikke får lyst til at prøve det.«**

(Elev på Smidstrup-Skærup Skole)

Opdateret juli 2020.

## Erfaring med røgfri skoletid

Bliv inspireret og se elevers og ansattes erfaringer med røgfri skoletid fra grundskoler og ungdomsuddannelser.

- Kræftens Bekæmpelse  
[www.cancer.dk/roegfriskoletid](http://www.cancer.dk/roegfriskoletid)
  - [Grundskoler](#)
  - [Ungdomsuddannelser](#)
- Røgfrit Syddanmark  
[www.roegfritsyddanmark.dk](http://www.roegfritsyddanmark.dk)
- Projekt 'Røgfri Erhvervsskoler'  
<https://hjertereforeningen.dk/roegfrierhvervsskoler/>

## Røgfri Fremtid

Læs mere om Røgfri Fremtid på [www.roegfrifremtid.dk](http://www.roegfrifremtid.dk)

## Litteratur

1. Bendtsen P, Schou Mikkelsen S, S. Tolstrup J. Ungdomsprofilen 2014. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. 2015 samt Statens Institut for Folkesundhed. Ugens tal for folkesundhed, uge 36, 2016.
2. Vestbo J, Pisinger C, Bast LS, Gyrd-Hansen D. Forebyggelse blandt børn og unge. Hvad virker? København. 2018. Vidensråd for Forebyggelse, 2018:1-124.
3. Bast, L. S., Due, P., Bendtsen, P., Ringgard, L., Wohllebe, L., Damsgaard, M. T., Andersen, A. (2016). High impact of implementation on school-based smoking prevention: the X:IT study—a cluster-randomized smoking prevention trial. *Implementation Science*, 11, [125]. DOI: 10.1186/s13012-016-0490-7
4. Bast LS, Kristensen MM, Christiansen NS, Røgfri skoletid. Statens Institut for Folkesundhed. SDU. 2017.
5. Linnansaari A, Schreuders M, Anton EK, Rimpelä A, Lindfors P. Understanding school staff members' enforcement of school tobacco policies to achieve tobacco-free school: a realist review. *Systematic Reviews*. Finland. BMC (2019) 8:177