

# Røgfri skoletid



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

## Skoletid uden røg

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 kompetencegivende undervisning (1, 2). Rygeregler ser ud til at have effekt, dog kun hvis reglerne håndhæves (3). Hvis skolens ansatte lykkes med konsekvent at håndhæve rygereglerne, bliver de overholdt af eleverne (4).

## Røgfri skoletid

- **Røgfri skoletid betyder, at hverken elever, ansatte eller gæster må ryge, dampe eller snuse i skoletiden – hverken på eller uden for matriklen.**
- Fra den 1. januar 2021 er røgfri skoletid for elever et lovkrav på alle grundskoler, kostskoler og efterskoler.
- Fra den 31. juli 2021 er røgfri skoletid for elever et lovkrav på alle ungdomsuddannelser.

I følge loven omfatter røgfri skoletid alle tobaksrelaterede produkter. Med tobaksrelaterede produkter menes alle produkter med tobak og nikotin, der ikke er godkendt som lægemidler. Det omfatter også øvrige relaterede produkter som fx e-cigaretter uden nikotin.

- Derudover er det ikke tilladt at ryge eller anvende andre tobaksrelaterede produkter på skolens område. Dette gælder alle - både ansatte og andre besøgende.

## 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)
- Region Midtjylland  
[Partnerskab for tobaksfri ungdomsuddannelser](#)
- Projekt 'Røgfri Erhvervsskoler'  
<https://hjertereforeningen.dk/roegfrierhvervsskoler/>

**»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

## Røgfri Fremtid

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

Opdateret februar 2021.

### Litteratur

1. Vestbo J, Pisinger C, Bast LS, Gyrd-Hansen D. Forebyggelse blandt børn og unge. Hvad virker? København. 2018. Vidensråd for Forebyggelse, 2018:1-124.
2. Bast, L. S., Due, P., Bendtsen, P., Ringgard, L., Wohlebe, 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
3. Bast LS, Kristensen MM, Christiansen NS, Røgfri skoletid. Statens Institut for Folkesundhed. SDU. 2017.
4. 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