



# Røgfri arbejdstid

**Som arbejdsgiver kan du gøre arbejdstiden røgfri for dine medarbejdere og give dem et sundere arbejdsmiljø.**

## Beskyt ansatte mod røg

På mange arbejdspladser må man gerne ryge i arbejdstiden. Som arbejdsgiver kan du beslutte at gøre arbejdstiden røgfri, så rygning ikke er en del af arbejdsdagen og kulturen på arbejdspladsen.

## Arbejdskultur uden rygning

Røgfri arbejdstid beskytter ansatte mod tobaksrøg i arbejdsmiljøet og er et effektivt redskab til at undgå, at medarbejdere begynder at ryge eller ryge mere på jobbet. Desuden er røgfri arbejdstid en hjælp til de medarbejdere, der gerne vil stoppe med at ryge eller ryge mindre.

Røgfri arbejdstid skaber en arbejdskultur uden tobaksrøg for alle ansatte. Samtidig er rygning ikke omdrejningspunktet i pauserne og bliver ikke en adgangsbillet til det kollegiale fællesskab. Især for unge, der har deres første møde med arbejdslivet, er det afgørende, at kulturen ikke inspirerer til rygning, og at rygning ikke er almindeligt og accepteret på arbejdspladsen.

## Gevinster ved røgfri arbejdstid

- Et sundere arbejdsmiljø for ansatte
- Forebygger rygestart
- Lige pausevilkår for alle ansatte
- Støtter ansatte, der vil stoppe med at ryge
- Kan styrke virksomhedens image
- Færre sygedage (1).

## Flere arbejdspladser bliver røgfri

Røgfri arbejdstid breder sig blandt landets kommuner, hvor over halvdelen har eller er på vej til at indføre røgfri arbejdstid for alle ansatte (2). Flere private arbejdspladser fra

forskellige brancher går samme vej. Nogle af dem er restaurantkæden Bone's A/S, Kopenhagen Fur og Rema 1000 i Resenbro, som er partnere i Røgfri Fremtid.

**» Vi har i Rema 1000 i Resenbro valgt at indføre røgfri arbejdstid, fordi vi vægter vores personales sundhed meget højt. Og så er der selvfølgelig også en økonomisk fordel i, at personalet ikke render ud hele tiden «**

Michael Dahl Petersen, Butiksbestyrer, Rema 1000 i Resenbro

## Røgfri arbejdstid

- Røgfri arbejdstid betyder, at ansatte ikke må ryge, dampe eller snuse i arbejdstiden – hverken på eller uden for matriklen.
- Røgfri arbejdstid omfatter alle tobaksrelaterede produkter dvs. alle produkter med tobak og nikotin, der ikke er godkendt som lægemidler. Det omfatter også øvrige relaterede produkter som fx e-cigaretter uden nikotin
- Røgfri arbejdstid omfatter alle pauser

## Læs mere

Bliv inspireret og få viden og redskaber til, hvordan I kan gøre arbejdstiden røgfri på jeres arbejdsplads/i jeres virksomhed.

## Kræftens Bekæmpelse

[www.cancer.dk/roegfriarbejdstid](http://www.cancer.dk/roegfriarbejdstid)

## Hjerteforeningen

<https://hjerteforeningen.dk/roegfriarbejdstid/>

[Hjerteforeningens værktøjskasse](#)

[Røgfri arbejdstid: En undersøgelse af beslutnings- og implementeringsprocesser i de danske kommuner](#)

## Sundhedsstyrelsen

<https://www.sst.dk/da/roegfri-arbejdstid>

[Røgfri arbejdstid hvorfor og hvordan](#)

*Opdateret august 2020.*

## Røgfri Fremtid

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

[Video om røgfri arbejdstid i Rema 1000, Resenbro](#)

**» Jeg tror, at vores rygepolitik er så integreret en del af vores arbejdsliv, at det er sådan, det er nu. Det er ligeså naturligt ikke at ryge som at tage en kop kaffe.«**

Annette Scheerer, Klyngeleder,  
Ravnholtsklyngen, Allerød Kommune

## Litteratur

1. Statens Folkhälsoinstitut (2010). Tobaksfri Kommun: En guide för att utveckla det tobaksförebygganda arbetet. Statens Folkhälsoinstitut.
2. Kræftens Bekæmpelse august 2020. <https://www.cancer.dk/forebyg/undga-roeg-og-rygning/indsatser-mod-rygning/roegfri-arbejdstid/kommuner-med-roegfri-arbejdstid/> (27.08.20)