

# Røgfrit fritidsliv for børn og unge

Hvad er et røgfrit fritidsliv?

Røgfrit fritidsliv betyder, at børn og unge kan færdes i idrætsforeninger, boldklubber, musikskoler, spejderbevægelser m.m. uden, de bliver udsat for tobaksrøg og synlig rygning.

Hvorfor skal fritidslivet være røgfrit?

De fleste, der ryger, begyndte før, de fyldte 18 år, og en del begynder at eksperimentere med rygning allerede, når de er mellem 11 og 13 år. Fritidslivet er én af de arenaer, som mange børn og unge er i kontakt med i denne periode, fx går 81 pct. af 13-årige til fritidsaktiviteter hver uge. Som forening og klub er man med til at skabe en kultur og norm for, hvordan unge omgås hinanden. Det har stor betydning for børn og unges opfattelse af rygning, hvis de ser en træner/underviser ryge i og omkring klubben, eller hvis rygning er en naturlig del af fællesskabet på holdet.

Fritidslivet er kendetegnet ved et positivt samvær, hvilket giver et godt udgangspunkt for at understøtte børn og unge i at etablere sunde vaner. Et røgfrit fritidsliv kan bidrage til at:

- Færre børn og unge begynder at ryge, fordi de vil være en del af fællesskabet eller, fordi de bliver inspireret af rygende rollemodeller.
- Støtte de unge, der gerne vil stoppe med at ryge, ved at mindske antallet af daglige fristelser (fx andre unge eller underviseren, der ryger).
- Børn og unge kan deltage i fritidsaktiviteter uden at blive udsat for tobaksrøg.

Huordan bliver fritidslivet røgfrit?

I de tilfælde hvor klubben eller foreningen er en arbejdsplads, er det lovpligtigt, at der er en skriftlig rygepolitik. Men andre klubber og foreninger, som gerne vil bakke op om en røgfri fremtid, opfordres ligeledes til at udarbejde en rygepolitik. I udarbejdelsen af rygereglerne anbefales det at gennemtænke følgende:

## Begrundelsen for rygereglerne

Det er vigtigt, at foreningens bestyrelse og ledelse er bevidste om, hvorfor de vælger at indføre (nye) rygeregler. Erfaringer viser, at det gør det nemmere at acceptere forandringen, hvis begrundelsen er tydelig. Argumenterne kan eksempelvis være:

- Børn skal kunne færdes i røgfri omgivelser, når de går til en fritidsaktivitet, både for at de ikke bliver udsat for tobaksrøg, men også for at de ikke bliver inspireret til at ryge.
- Klubben bliver røgfri for at understøtte arbejdet med at give børn og unge et godt liv med sunde vaner.
- Klubben har en særlig forpligtelse i og med, at klubbens trænere ofte er rollemodeller for klubbens medlemmer.

TrygFonden



Kræftens Bekæmpelse

### **Udformning af reglerne**

Ifølge 'rygeloven' må der ikke ryges indendørs i offentlige lokaler herunder i klub- og foreningslokaler. Der er dog ikke noget til hinder for, at man opsætter lokale regler, som går længere end loven.

Ved at vedtage regler om at klubbens udendørs arealer også er røgfri, bidrager man til at understøtte en røgfri kultur, hvor rygning ikke indgår som en del af fællesskabet blandt børn og unge. Erfaringer viser, at det er bedst med klare regler uden undtagelser. Det indebærer, at reglerne gælder for alle udendørs områder dvs. også indgangen til klubben, på sidelinjen til fodboldkampe m.m.

### **Snus og e-cigaretter**

Det anbefales, at snus og e-cigaretter sidestilles med cigaretter. Snus og e-cigaretter er en ny måde at 'ryge' på. Ved at sidestille snus og e-cigaretter med cigaretter undgår man, at én rygekultur erstattes med en anden.

### **Reglerne skal gælde for alle**

For at reglerne har den ønskede effekt, skal de gælde for alle, der færdes i og omkring foreningen inklusiv undervisere, ledere, forældre m.m. De, der ryger, kan fortsat ryge - bare ikke i og omkring foreningen.

### **Reglerne skal gælde til enhver tid**

Erfaringer viser, at det er nemmest at håndtere konsekvente regler. Det kan fx sende et modsatrettet signal, hvis der normalt ikke må ryges, når man færdes i klubben, men at der undtagelsesvis må ryges til sociale arrangementer, klubrejser eller stævner. Vær derfor varsom med at indføre undtagelser, som udvander ryge reglerne.

### **Besked til alle**

Det skal være tydeligt for alle, hvorfor eksempelvis musikskolen eller spejderforeningen fremover skal være røgfri både inde og ude. Brug skilte, plakater, medlemsblad eller nyhedsmail afhængigt af, hvilke kanaler I plejer at anvende.

### **Positiv kommunikation**

Positiv kommunikation er mere effektiv end negativ. Skilte såsom 'Velkommen til røgfri idrætsforening', 'Tak fordi du ikke ryger nær indgangen' og 'Tak fordi du ikke ryger på klubbens område' virker venligt og imødekommende. Illustrer evt. skiltene med billeder af børn og unge, så dem, der ryger, intuitivt bliver mindet om, at det er for børnenes skyld, at klubben er røgfri.

### **Kommunalt anlæg**

Nogle foreninger og klubber har til huse i et kommunalt anlæg såsom en skole eller et idrætsanlæg. Der er ikke noget til hinder for, at kommunen vedtager regler, som går længere end lovgivningen. En kommune kan eksempelvis sagtens gøre et stadion helt røgfrit udendørs, og det gjorde Aalborg Kommune i 2007. Der må hverken ryges på tribunerne eller andre steder inde på Aalborg Stadion. Der er dog rygeområder uden for stadionet, og i praksis er det muligt at forlade stadionet i halvlegen for at ryge og bagefter komme tilbage til kampen.

### **Referencer**

<https://www.retsinformation.dk/forms/r0710.aspx?id=11388#K4>

**TrygFonden**



**Kræftens Bekæmpelse**