

Hvem vil det glæde, hvis du siger nej til tobak?

Kort om øvelsen

Deltagerne skal fortælle hvem det vil glæde, hvis de siger nej til tobak. Øvelsen skal få deltagerne til at reflektere over, hvordan det kan påvirke deres venner, familie eller kæreste, hvis de begynder/stopper med at ryge. Instagramrammen er en god hjælp til at starte aktiviteten, men aktiviteten kan også gennemføres uden.

Det skal du bruge

Instagramramme i whiteboard laminat (68 x 82 cm), plakat der forklarer aktiviteten (70 x 100), whiteboardtusser i 2-3 farver (evt. i en kop/kurv, der står ved siden af rammen), snor til at binde rammen fast. Hent trykfil til instagramrammen [her](#) og til plakaten der forklarer øvelsen [her](#).

Sådan gør du

1. Få deltagerne til at nævne den eller de person(-er) de tænker, det vil glæde mest, hvis de sagde nej til tobak. Hvis I har Instagramrammen med, så få deltagerne til at skrive personerne på rammen, og/eller hvorfor det vil glæde dem.
2. Deltagerne tager et billede af sig selv og evt. sine venner/familie i rammen og uploader billedet på Instagram med #RøgfriFremtid og evt. et særligt hash-tag for #navnet på eventen, kommunen el.lign.

Forslag til afslutning af aktiviteten: Ved afslutning af aktiviteten kan der udvælges 5 eller 10 af de bedste billeder.

