

# Kære skolebestyrelse

**Et bredt flertal i Folketinget har indført nye regler for rygning på skoler. Fra 1. januar skal alle grundskoler, kostskoler og efterskoler have røgfri skoletid.**

Det betyder, at elever ikke må ryge, dampe, tage snus eller bruge andre tobaks- og nikotinprodukter i skoletiden – hverken på eller uden for matriklen. Det er godt nyt, for røgfri skoletid betyder, at rygning ikke længere er en del af det sociale liv i pauserne og at færre børn og unge på sigt vil begynde at ryge.

Måske har jeres skole allerede røgfri skoletid. Det er der nemlig allerede ganske mange, der har. Hvis ikke, giver Røgfri Fremtid jer her nogle tips til, hvordan I som skolebestyrelse kan understøtte de nye regler og være med til at forhindre, at jeres elever begynder at ryge, mens de går på skolen.

## Gode råd til røgfri skoletid

### Røgfri skoletid bør omfatte ansatte

Røgfri Fremtid anbefaler, at røgfri skoletid også omfatter skolens ansatte. På den måde bakker de ansatte op om, at eleverne ikke ryger og viser dem vejen, som skolen gerne vil lære dem at gå. Dette skal skolen eller kommunen forholde sig til lokalt. Som skolebestyrelse kan I arbejde for, at røgfri skoletid skal omfatte ansatte. Både i skole- og klubtiden.

### Fortæl forældre om den rolle, de kan spille

Forældre kan i høj grad være med til at forebygge, at deres barn begynder at ryge. Nogle forældre tror, at de ikke har indflydelse, når børnene bliver større, eller hvis de som forældre selv ryger. Men dette er en misforståelse. Hvis børn oplever, at deres forældre ikke ønsker, at de ryger, og hvis de jævnligt taler sammen om det, vil børnene have større chance for at holde sig røgfri.

Som skolebestyrelse kan I være med til at formidle dette budskab til forældrene. I kan også henvise til Kræftens Bekæmpelses [hjemmeside til forældre](#).

### Forældremøder

Gør tobak til et obligatorisk punkt på dagsordenen til forældremøder i 7.-9. klasse.

### Træk på lokale kræfter

Der er mange, der gør en indsats for at hjælpe elever til et røgfrit liv. I kan for eksempel kontakte de lokale SSP-konsulenter og sundhedsplejersker, eller spørge kommunens sundhedskonsulenter, hvordan de kan hjælpe på jeres skole. Ofte tilbyder de oplæg, undervisning og hjælp til rygestop.

### Tænk flerstrengt

Understøt røgfri skoletid med forældreinddragelse og undervisning med indsatsen X:IT. Skoler med X:IT har halvt så mange elever, der ryger.

#### Hvad er X:IT

1. Røgfri skoletid for elever og ansatte
2. Forældreinddragelse og røgfri aftaler
3. Kompetencegivende undervisning

**»Det har gjort noget ved fællesskaberne på skolen: folk er mere sammen, fordi der ikke hele tiden er 1/3 af dem, der er ude for at ryge. Og det gælder både for elever og ansatte.«**

Skoleleder, Skipper Clement Skolen

**»Lederen tager kontakt til forældrene, og der indkaldes til møde. Og det er foregået fuldstændig fredeligt også fra elevernes side. Der er også eksempler, hvor forældrene ikke ved, at børnene ryger, og de vil jo gerne vide det og inddrages.«**

Skoleleder, Kulsbjerg Skole

Læs mere på [www.cancer.dk/roegfriskoletid](http://www.cancer.dk/roegfriskoletid)

Her har vi samlet erfaringer fra andre skoler og inspiration til indsatser, der kan understøtte den røgfri skoletid. Har I spørgsmål kan I kontakte Kræftens Bekæmpelse på [roegfriskoletid@cancer.dk](mailto:roegfriskoletid@cancer.dk)