



Webinar: Røg- og nikotinfri arbejdstid

Webinar 4 juni 2025 kl. 13-15
Røgfri Fremtid og Center for Forebyggelse i praksis

Formål

Formålet med webinarer er at give inspiration til, hvordan den gode proces forberedes FØR og EFTER beslutning om at indføre røg- og nikotinfri arbejdstid



Hvad er tobak- og nikotinfri arbejdstid

Tobak og nikotinfri arbejdstid, inkluderer alle produkter med tobak og nikotin

- Nikotinprodukter godkendt af Lægemiddelstyrelsen er undtaget

Tobak- og nikotinfri arbejdstid betyder:

- Ingen rygning, vape/damp eller brug af snus/tyggetobak/nikotinposer i den tid, man er på arbejde
- Ingen rygning og nikotinbrug - hverken indendørs, udendørs eller udenfor matriklen
- Alle institutioner, afdelinger/forvaltninger har samme tobak- og nikotinpolitik

Hvorfor tobak- og nikotinfri arbejdstid?

Skab et sundere arbejdsmiljø

Formålet med tobak- og nikotinfri arbejdstid er at skabe et sundere arbejdsmiljø og en kultur, hvor tobaks- og nikotinholdige produkter ikke er en del af arbejdsdagen.

Vær gode rollemodeller og styrk fællesskabet

Ved at indføre tobak- og nikotinfri arbejdstid vil I som kommune og arbejdsplads være gode rollemodeller og sende et signal om, at tobak og nikotin ikke er normen hos jer.

Det kan styrke fællesskabet og støtte de medarbejdere, der ønsker et tobaks- og nikotinfrit liv – og i en større sammenhæng kan det medvirke til at forebygge, at flere begynder at ryge eller bruge nikotinprodukter som e-cigaretter, tyggetobak eller snus.

Gevinsterne ved tobak- og nikotinfri arbejdstid

- Et sundere arbejdsmiljø og beskyttelse af ansatte mod tobaksrøg og damp
- Forebygger at medarbejdere begynder at ryge eller bruge nikotinprodukter på arbejdspladsen
- Støtter medarbejdere, som ønsker at stoppe med at ryge eller bruge nikotinprodukter
- Styrker medarbejdernes status som rollemodel
- Lige pausevilkår og et styrket fællesskab på arbejdspladsen
- Styrker arbejdspladsens image overfor borgere, brugere og samarbejdspartnere



Dagens program



Center for
Forebyggelse i praksis

KL

- Velkomst, præsentation og introduktion til dagens program
- Der er flere veje til målet – hvor er I nu
- Beslutningsprocessen – eksempel fra Tønder
- Implementeringsprocessen – fra rygepolitik til tobaks- og nikotinpolitik – Eksempel fra Odense
- Hvordan følges op – om håndhævelse og hjælp til ryge- og nikotinstop
- Det videre arbejde - og tak for i dag

HVEM DELTAGER I WEBINARET?

- HR- ledere og konsulenter
- Arbejdsmiljøkonsulenter
- Chefer og centerledere
- Sundhedskonsulenter
- m.fl.





Center for Forebyggelse i praksis i KL

- Formidle viden om vidensbaserede forebyggelsesindsatser
- Understøtte implementering af vidensbaserede forebyggelsesindsatser
- Brobygning mellem forskning og praksis og bidrage til udvikling af nye vidensbaserede forebyggelsesindsatser

www.kl.dk/forebyggelseipraksis

Røgfri Fremtid

Vision og mål

❁ Ingen børn og unge ryger i 2030

❁ Max 5 % voksne ryger i 2030



Bredt partnerskab: Kommuner, skoler, foreninger, detailhandlen, virksomheder, idrætsanlæg med flere

Strategiske afsæt



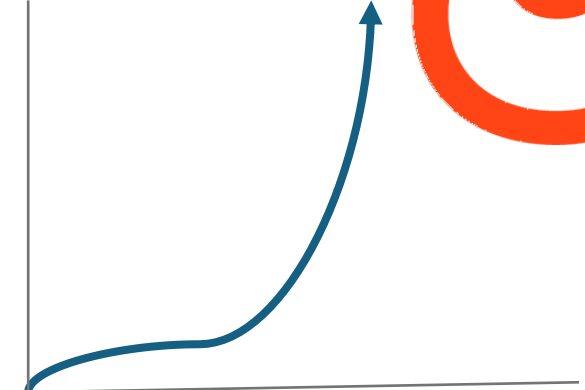
Partnerskab

At samarbejde med en lang række partnere om at gøre røgfrihed til normen



Strukturelle rammer

At arbejde for, at politikere og beslutningstagere skaber strukturelle rammer, der forebygger og fremmer røg- og nikotinfrihed



Folkelig opbakning

At styrke den folkelige opbakning til et røgfrit Danmark

Paradigmeskift



2000



2020

Poly use

Flere produkter



2025

Stort fokus på røg- og dampfrie miljøer i Regeringen og i KL

Regeringens Forebyggelsesplan – nye krav til røg- og dampfrie miljøer – Lov 1669 – 30.12.24

- Ensretning af reglerne for rygning og brugen af elektroniske cigaretter og opvarmede tobaksvarer
- Det er ikke tilladt at bruge elektroniske cigaretter og opvarmede tobaksvarer i indendørs lokaliteter
- Kravet omfatter også plejehjem, døgninstitutioner, botilbud og lignende institutioner
- det kan pålægges beboere i private hjem, at der ikke anvendes elektroniske cigaretter eller opvarmede tobaksvarer i det tidsrum, hvor personalet opholder sig i boligen (som en forudsætning for at modtage personlig og praktisk hjælp)



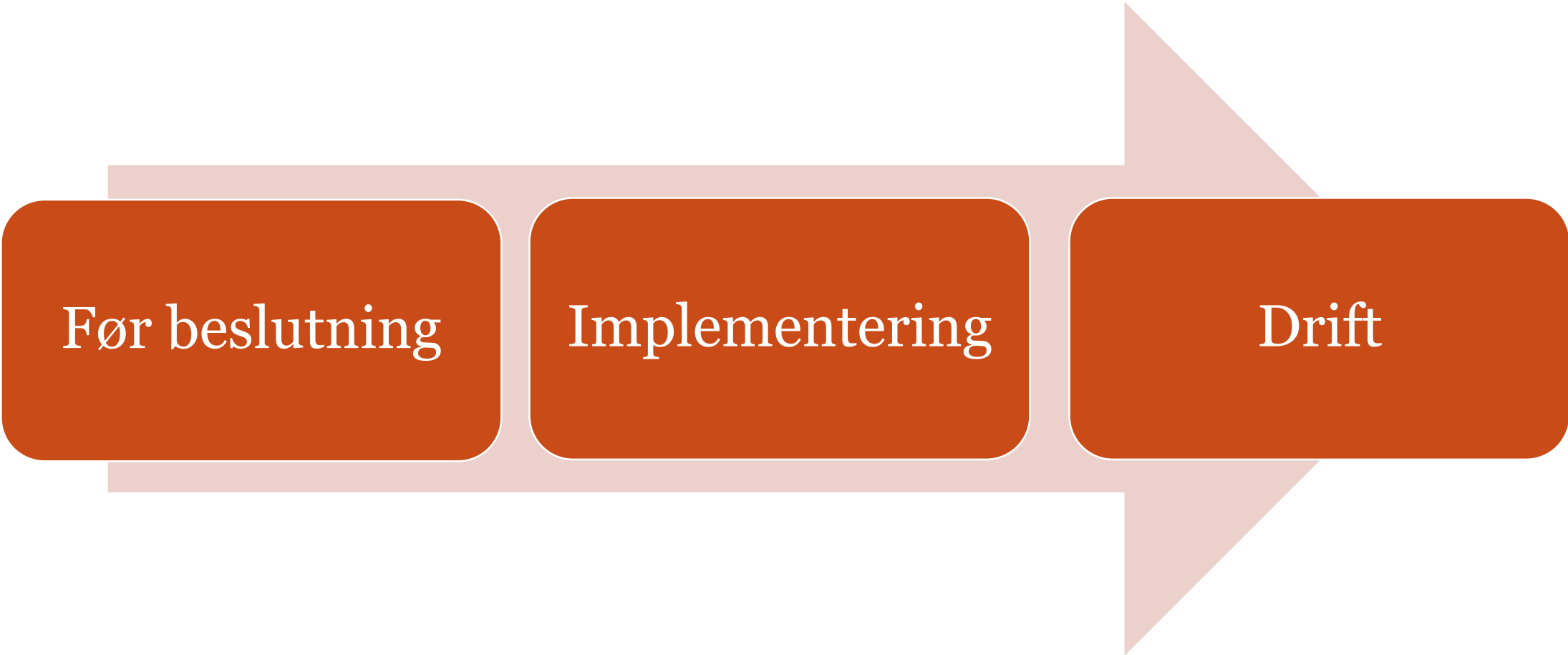


Vi har de sidste år set, at nye tobaks- og nikotinprodukter har fået alt for godt fat i aarhusianerne. Og det er ikke uden konsekvenser. Nikotin udgør en alvorlig sundhedsrisiko – særligt for vores børn og unges hjerner, og det øger risikoen for at udvikle bl.a. stress, angst, depression. Vi har på mange måder fået et nyt folkesundhedsproblem, som vi er nødt til at reagere på.

Aarhus Kommune har et stort ansvar for at gå forrest og signalere, at nikotinprodukter, på lige fod med cigaretter, ikke er en del af kulturen som ansat i Aarhus Kommune

Rådmand for Sundhed og Omsorg Christian Budde. (Nyheder fra Sundhed og omsorg, Aarhus Kommune, marts 2024)

RØG- OG NIKOTINFRI ARBEJDSSTID I KOMMUNEN



Før beslutning

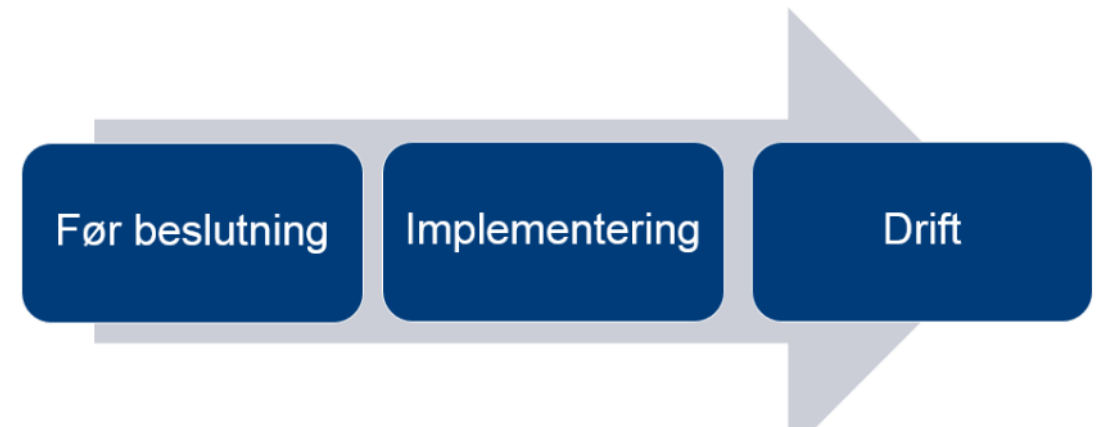
Implementering

Drift

Brug chatten

Fælles kortlægning af hvor I er i processen til røg- og nikotinfri arbejdstid

- ☐ Skriv din kommunes navn i chatten og tilføj det udsagn der passer bedst (før beslutning, implementering eller drift).



Beslutnings- processen

v. Center for Forebyggelse i praksis



At gøde jorden for beslutning om røg- og nikotinfri arbejdstid





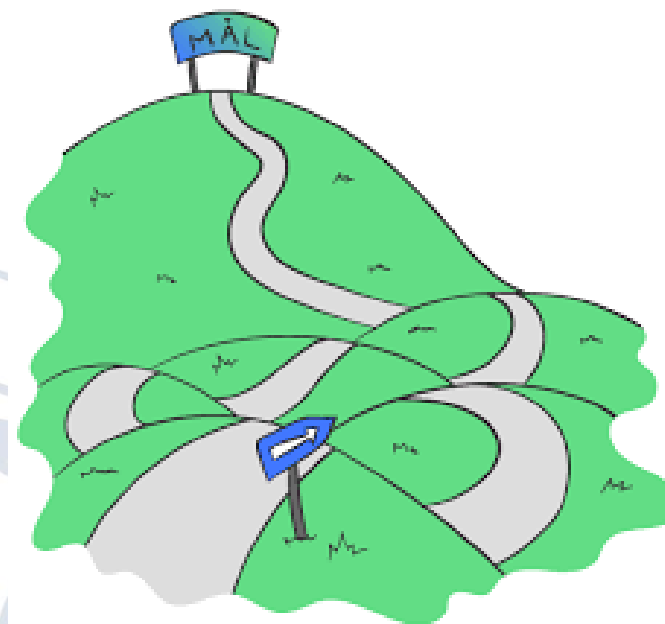
Beslutningsprocessen i Tønder Kommune

v. Winnie Holm Lorenzen,
sundhedskonsulent, Tønder Kommune



Røg- og Nikotinfri arbejdstid i Tønder Kommune 1. januar 2024

Beslutningsprocessen





- Nov. 2022 Kommunalbestyrelsen godkendte Strategi for en røgfri Tønder Kommune
- Maj 2023 Sundhedsudvalget godkendte Forslag til handleplan for tobaksindsatser i Tønder Kommune
- Forvaltningen udarbejder forslag til Politik for røg- og nikotinfri arbejdstid i Tønder Kommune + FAQ (HR og Sundhedsafdelingen)
- Juni 2023 Uformel sparringsmøde med TR for FOA og BUBL
- Aug. 2023 Direktionen sender politikken til høring i HMU
- Sep. 2023 HMU godkender

Tidsplan fortsat



TØNDER KOMMUNE

- Okt. 2023 Direktionen godkender 
- Der udarbejdes et tilbudskatalog til ansatte i Tønder Kommune
- Okt. 2023 Præsentation af politikken til lederakademi
- Okt. 2023 Kommunaldirektøren sender besked ud til alle
- Efterår 2023 implementering drøftes i øvrige FagMED. Der var udarbejdet "Forslag til drøftelse af Politik for røg- og nikotinfri arbejdstid til MED møder"
- 1. jan. 2024 Røg- og nikotinfri arbejdstid er en realitet i Tønder Kommune

Formål

Formålet med politik for røg- og nikotinfri arbejdstid i Tønder Kommune er, at understøtte ønsket om at skabe røgfri miljøer i Tønder Kommune.

De ansatte fungerer som rollemodeller som skal inspirere børn, unge og andre borgere til sunde valg.

Vi ønsker ikke en arbejdsplads hvor nye ansatte begynder at ryge eller bruge nikotinprodukter.

Vi ønsker i stedet at gå forrest, så vi sammen med andre aktører i kommunen kan skabe en røg- og nikotinfri fremtid for Tønder Kommune.

**Politik for
røg- og nikotinfri
arbejdstid** ”

Godkendt oktober 2023

Røgfri arbejdstid

Røg- og nikotinfri arbejdstid betyder, at der ikke må ryges eller bruges nikotinprodukter i hele arbejdstiden uanset arbejdssted.

Arbejdstid defineres som tidsrummet fra du møder på arbejde til du går hjem. Røg- og nikotinfri arbejdstid gælder alle ansatte i tjeneste for Tønder Kommune.

Røg- og nikotinfri arbejdstid omfatter alle tobaksrelaterede produkter, dvs. alle produkter med tobak og nikotin, der ikke er godkendt som lægemidler. Det kan eksempelvis være cigaretter, snus, tyggetobak, e-cigaretter, nikotinposer og øvrige relaterede produkter som fx e-cigaretter uden nikotin.

Rygestopmedicin og godkendte nikotinprodukter, der benyttes i forbindelse med rygestop, er dog undtaget.

Må jeg afbryde arbejdsdagen/flekse ud for at ryge?

Nej, det er ikke tilladt at afbryde arbejdsdagen for at ryge.

Formålet med røgfri arbejdstid er at skabe sunde rammer på arbejdspladsen, så ingen udsættes for tobaksrøg, færre begynder at ryge og ansatte, der ønsker at stoppe, støttes i dette. Vi er desuden rollemodeller.

Udmøntningen af flekstid sker ud fra borgernes/medarbejdernes behov og ud fra, at en fleksibel arbejdstid skal give leder og medarbejder mulighed for at tilrettelægge arbejdet optimalt for alle parter.

Det er ikke muligt at benytte sig af fleks for at ryge. Denne adfærd vil stride imod intentionerne med flekstiden, ligesom det vil være i strid med intentionen om røgfri arbejdstid.

Må jeg ryge under delt tjeneste?

Hvis arbejdstiden i løbet af en dag er delt over flere perioder, hvor medarbejderen har fri i mellem, så må medarbejderen gerne ryge. Det må dog ikke foregå på arbejdspladsen, og det er ligeledes ikke tilladt at ryge i arbejdstøj, betalt af arbejdspladsen.

Hvordan er rygereglerne, når man er på døgnvagt, er på weekend- eller ugeophold med elever/borgere?

Når medarbejdere har døgnvagt eller er på weekend eller ugeophold med elever/borgere, skal medarbejderne lave en konkret aftale med ledelsen om hvor og hvornår, der må ryges. Rygningen må ikke foregå i nærheden af elever/borgere og andre medarbejdere.

Må jeg ryge i arbejdstiden, hvis jeg har en hjemmearbejdsdag?

Vi har tillid til, at alle ansatte overholder rygereglerne, også når man arbejder hjemme fra.

Tilbud til dig der ønsker en hverdag uden nikotin

Sundhedsafdelingen afholder løbende gratis stopkurser for alle medarbejdere i Tønder Kommune. Tilbuddet er for alle der er ansat i Tønder Kommune, også selvom du bor i en anden kommune. Hvis du hellere vil på rygestop i din bopælskommune, så hjælper vi gerne med tilmeldingen.

Mulighed for at lave et hold kun for din arbejdsplads

Hvis I er mindst fire kolleger fra samme arbejdsplads, som ønsker at lave jeres eget hold, er dette også en mulighed. Det kan være en fordel, da man som kollegaer ses ofte og derfor bedre kan støtte hinanden undervejs i dagligdagen. Ring til Winnie på tlf.: 24 95 88 32 eller Eva på tlf.: 40 26 82 45 for at aftale nærmere.

Tilbud til dig der ønsker hjælp til en arbejdsdag uden nikotin

Sundhedsafdelingen hjælper gerne dig, der ikke ønsker at stoppe med at bruge nikotin, men som har brug for hjælp til at komme igennem en arbejdsdag uden nikotin.

Tilbuddet består af én individuel samtale af ca. 1. times varighed, som tilrettelægges efter dine behov.

Fandt du ikke det tilbud du søger?

Du er altid velkommen til at kontakte os ved individuelle behov – så forsøger vi at finde en løsning.

Send navn + tlf. nr. til rygestop@toender.dk Så ringer vi dig op og aftaler nærmere. Skriv gerne i tilmeldingen at du er medarbejder i Tønder Kommune. Du er også velkommen til at ringe til Winnie på tlf.: 24 95 88 32 eller til Eva på tlf.: 40 26 82 45.

Forslag til drøftelse i MED



TØNDER KOMMUNE

Røg- og nikotinfri arbejdstid skal implementeres på den lokale arbejdsplads via MED-udvalget. Hvordan denne proces forløber bestemmes af det enkelte udvalg. Nedenstående er derfor kun tænkt som inspiration til processen.

Forslag til spørgsmål der kan drøftes til MED-møder

Det er vigtigt, at I får drøftet, hvordan I får implementeret røg- og nikotinfri arbejdstid hos jer. Det kan være en fordel at tage udgangspunkt i "Politik for røg- og nikotinfri arbejdstid i Tønder Kommune" og "FAQ for Politik for røg- og nikotinfri arbejdstid i Tønder Kommune". Der kan tages udgangspunkt i spørgsmålene:

- Hvad vil det sige at vi har røg- og nikotinfri arbejdstid?
 - Hvordan påvirker det vores arbejdsdag?
 - Hvordan kan vi evt. skabe en ny fælles pausekultur, hvor fællesskabet bliver det samlende?
- Hvordan sikrer vi, at alle medarbejdere, der enten ønsker at stoppe med at ryge eller som har brug for hjælp til en arbejdsdag uden rygning, kender de tilbud der er?
- Hvordan hjælper vi hinanden med at være en arbejdsplads med røg- og nikotinfri arbejdstid?

Dilemmaer

Der kan opstå dilemmaer når der indføres røg- og nikotinfri arbejdstid – det er vigtigt at få dem drøftet.

Eksempler på dilemmaer kan være:

- Hvordan skal medarbejdere reagere, hvis de oplever en kollega eller leder ryge i arbejdstiden?
- Hvordan kan jeg som medarbejder hjælpe min kollega, når jeg kan se at en arbejdsdag uden rygning er svær?
- Hvordan sikrer vi, at vi som medarbejdere bliver udsat for mindst mulig tobaksrøg og lignende i løbet af arbejdsdagen?
- Hvordan vil vi synliggøre, at vi har indført røgfri arbejdstid på vores arbejdsplads?
- Hvordan vil vi introducere nye medarbejdere til, at vi har indført røgfri arbejdstid?

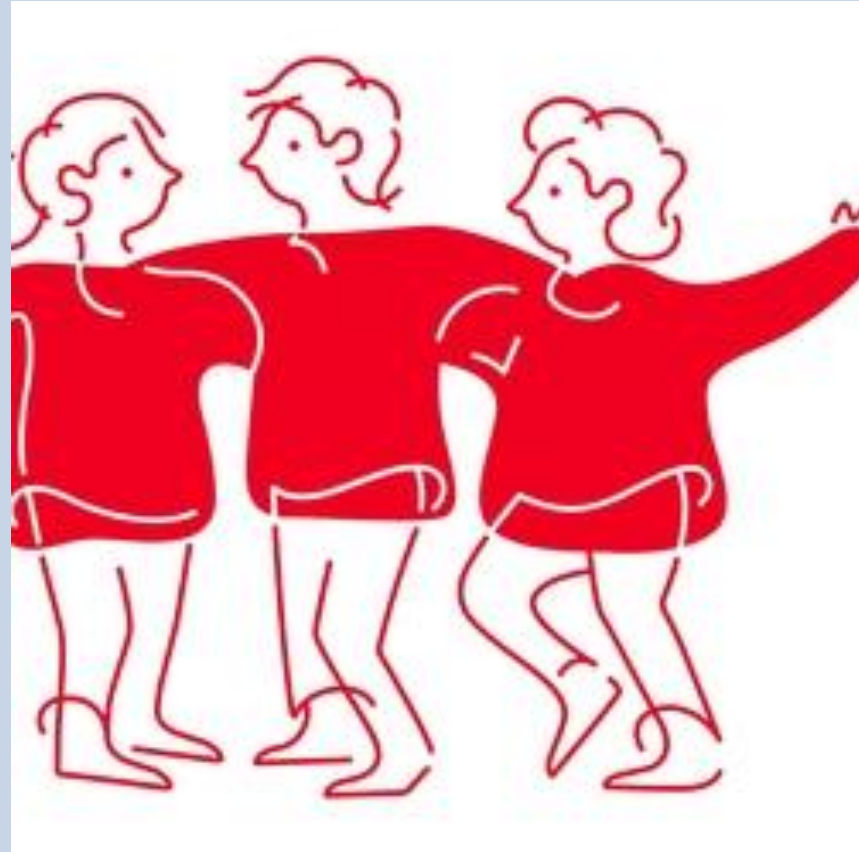
Hvordan sikres kommunikation til resten af arbejdspladsen?



Samarbejde lokalt med Kræftens Bekæmpelse

v. områdekonsulent Jakob Guldberg

Samarbejde med Kræftens Bekæmpelse lokalt





Partnerskab om forandring

- Samarbejde med Ungerådet i København



Mål: Røgfri arbejdstid i Københavns Kommune



Men
kommunen har
ikke selv
indført røgfri
arbejdstid!

**24 ud af 29
kommuner i Region
Hovedstad har
indført røgfri
arbejdstid**

85 pct. af kommuner i
Danmark har indført
røgfri arbejdstid

**Skal København stå
alene tilbage?**



Dialog med politikere

Mail alle politikere

INVITATION TIL DIALOG OM RØGFRI ARBEJDSSTID I KØBENHAVNS KOMMUNE

Kære xx

I Kræftens Bekæmpelse lokalforening København vil vi rigtig gerne have en dialog med dig om mulighederne for at indføre røgfri arbejdstid i Københavns Kommune.

Møder med
Konservative,
Radikale,
Enhedslisten, SF

Præsentere fakta og
tilbagevise myter

Løbende dialog
med
Sundhedsforvaltnin
gen og HR-
afdelingen

Myte 1:
Medarbejdere
søger til andre
kommuner

Nej:
Erfaringer fra
andre
kommuner
viser, at det
ikke sker

Myte 2:
Formynderisk
og imod den
personlige
frihed

Nej: Rygning
stjæler din
frihed, gør dig
afhængig, giver
dårligere liv og
tidligere død.

Myte 3: Det er
synd for
rygerne – de
har det svært
nok i forvejen.

Nej: Tværtimod
hjælper en røgfri
arbejdsplads de
personer som har
det sværest

Myte 4: Vi
bliver
politibetjente
og får en
stikkerkultur.

Nej: Erfaring
fra andre
kommuner viser
at medarbejdere
retter ind



Svært at overbevise politikerne – hvem kan hjælpe os?

Interessentanalyse

Andre lokale
partnere røgfri
fremtid

Fagforeninger

Skoleleder
forening

Skole og forældre

Danske
skoleelever

RØGFRI ARBEJDSSTID I KØBENHAVNS KOMMUNE

Kære xx

Kræftens Bekæmpelse lokalforening København ønsker at Københavns Kommune indfører røgfri arbejdstid, så de kan leve op til deres mål for et røgfrit København i 2025.

Vi vil derfor høre om I evt. vil være med til at presse på for at kommunen tager denne vigtige beslutning?



Inspirationsmesse Ungeråd

- Ungeråd skal vælge 4 indsatsområder
- Primær interesse: klima og trivsel
- Derfor var vores fokus på:

Røg og røgfri
nikotinprodukter
skaber
afhængighed,
koncentrations-
besvær, stress,
mistrivsel

Derfor

Røg- og nikotinfri
skoletid

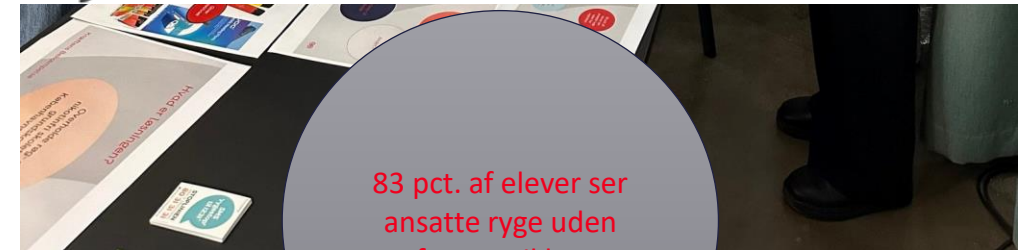
Men, svært at nå,
når ansatte
rollemodeller ryger
og tager røgfri
nikotinprodukter

Derfor

Røg- og nikotinfri
arbejdstid i
kommunen



Københavnske lærere ryger for
øjnene af elever



83 pct. af elever ser
ansatte ryge uden
for matriklen



Samarbejde Ungeråd

- Ungerådet valgte røg- og nikotinfri skoletid og arbejdstid som et af deres indsatsområder
- Møder mellem lokalforeningen og Ungerådet: sparring og planlægning af indsatser
- Klæde Ungeråd på til møde med politikere



Pressemeddelelse

SKAL KØBENHAVN VÆRE DEN SIDSTE KOMMUNE UDEN RØG- OG NIKOTINFRI ARBEJDSTID?

25 ud af 29 kommuner i Region Hovedstaden har indført røgfri arbejdstid for ansatte der arbejder med børn og unge.

Kræftens Bekæmpelse lokalforening København opfordrer Københavns Kommune til at komme med på bussen – og ikke stå alene tilbage. Der er mange gode argumenter for at stige på.

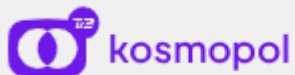
Dialog med P4 og
DR

Pressekontakt:

Ahmed Sulaiman, Ungerådet København ungetrivsel@ungeraadkbh.dk

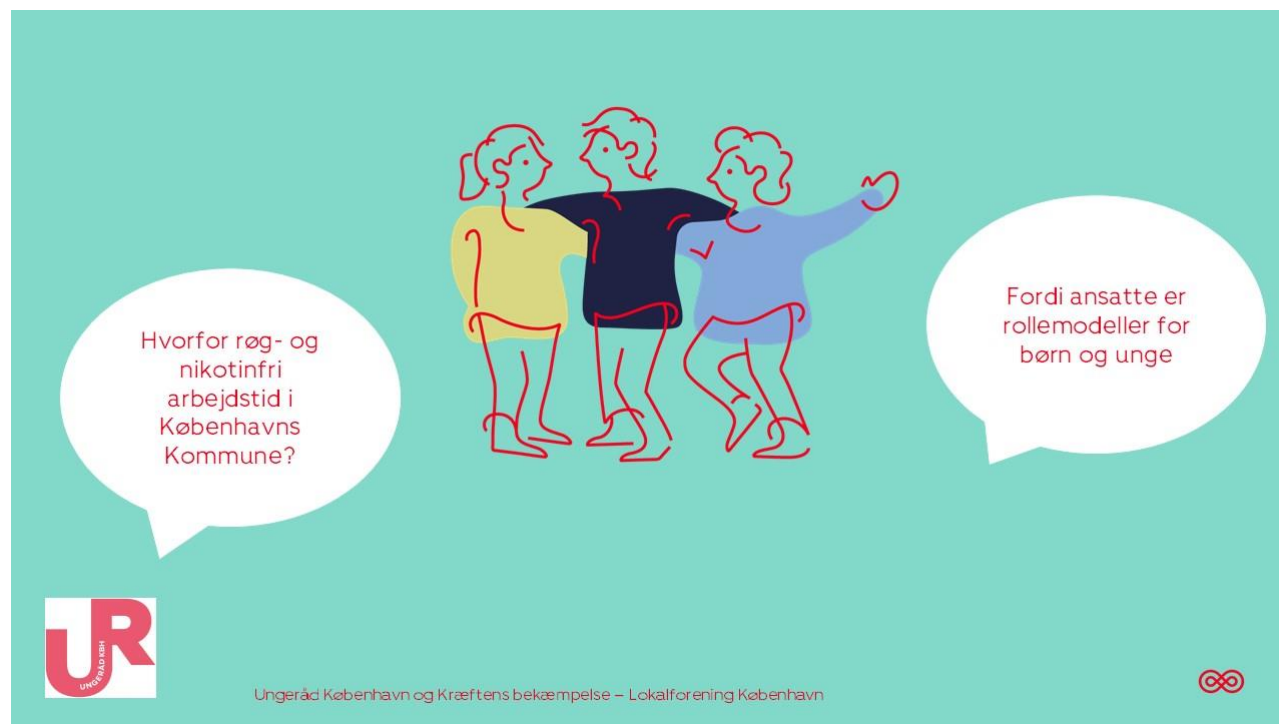
Jesper Jessen-Kampp, Kræftens Bekæmpelse lokalforening København jesper.u.jessen@gmail.com eller 6143 7707

Københavns Kommune er en af de få kommuner i Danmark, der endnu ikke har indført røgfri arbejdstid.



Sociale medier

- Firma tilbyder gratis annoncering på Facebook
- Målgruppe: København, interesseret politik mv.
- 95.000 visninger



Møde med Børne og ungdomsudvalget



Ungerådet KBH ønsker: Røg- og nikotinfri skoletid og arbejdstid i Københavns Kommune

Motivation

I mental trivselsudvalget kæmper vi for bedre mental trivsel blandt unge i Københavns kommune, ved at mindske unges forbrug af nikotinprodukter. Det er en kæmpe stigning og er et tydeligt tegn på at unge kæmper med det mentale helbred og dulmer det ved at benytte sig af nikotinprodukter. Vi ønsker at færre børn og unge i kommunen bliver afhængige af skadelige nikotinprodukter. Børnesundhedsprofilen fra 2023 viste at Københavns unges regelmæssige forbrug af nikotinprodukter er steget fra 4% til 11%, hvilke også er et billede vi selv genkender fra vores skolegang. Derfor anmoder vi om at I indfører røgfri arbejdstid og nikotinfri skoletid i Københavns kommune.



ungeraadkbh I onsdags var vi til foretræde om vores forslag om en røg- og nikotinfri skole- og arbejdstid 🗣️

Politikerne besluttede at skolerne opfordres til at indlede en lokal dialog i relevante fora om, hvordan man håndterer forbuddet mod nikotinprodukter i skoletiden 🧡

Vi glæder os over den politiske opbakning og til at fortsætte med arbejdet 🧡

39 u.



33 Synes godt om

20. juni 2024

Log på nu for at synes godt om eller kommentere.



Budskabspapir til alle skoler i København

- I forlængelse af beslutningen i Børne- og Ungeudvalget, sendte lokalforeningen et budskabspapir om overholdelse af røg- og nikotinfri skoletid til alle skoler i København, samt et tilbud om at bestille frivillige sundhedsformidlere til tobaks- og nikotinfobyggende undervisning.



Kender I til elever, der bruger røgfri nikotinprodukter eller ryger i skoletiden?

Så tilbyder vi hjælp og sparring!

Vi er unge frivillige fra Kræftens Bekæmpelse, som underviser gratis om tobaks- og nikotinprodukter i grundskolens 7.-9. klasse.

Gennem dialog og inddragelse berører undervisningen temaer som:

- ✓ rygning og identitet
- ✓ gruppepres
- ✓ flertalsmisforståelser
- ✓ lovgivning
- ✓ medier
- ✓ sundhedskonsekvenser



Undervisningen varer ca. 1,5 time men tilrettelægges efter jeres behov.

Du kan bestille undervisningen her:

<https://www.cancer.dk/forebyg-kræft/tobak-og-nikotin/skoler-og-uddannelser/book-sundhedsformidler/>

Sammen med ansatte fra Kræftens Bekæmpelse tilbyder vi også sparring om, hvordan I kan håndtere en røg- og nikotinfri skoletid.



BUDSKABSPAPIR RØGFRI SKOLETID - GRUNDSKOLEN



Kræftens Bekæmpelse anbefaler:

At loven om røg- og nikotinfri skoletid overholdes på kommunens skoler

Hvad er problemet?

- 8 pct. af eleverne i 9. klasse ryger dagligt eller lejlighedsvist
- 6 pct. af eleverne i 9. klasse bruger røgfri nikotinprodukter dagligt eller lejlighedsvist
- 66 pct. af dem som ryger, gør det i skoletiden
- 83 pct. af dem som bruger røgfri nikotinprodukter, gør det i skoletiden¹

Hvorfor er det en god ide at overholde lovgivningen?

- Rygning og røgfri nikotinprodukter bør ikke være en del af det sociale fællesskab
- Så eleverne ikke inspirerer hinanden til at ryge og bruge røgfri nikotinprodukter
- Så eleverne ikke lærer at ryge eller bruge røgfri nikotinprodukter i skolen
- Små elever, forældre og andre gæster oplever ikke rygning og røgfri nikotinprodukter
- Særligt sårbare børn profiterer af indsatsen.
- Skolen sender et signal om, at den går op i elevernes sundhed og trivsel
- Rygning samt brug af røgfri

Hvordan overholde?

Skoler der lykkes med at overholde røgfri skoletid har typisk følgende:

- Politik med en tydelig ramme
- Ordensregler
- Håndhævelse
- Sanktioner
- Medarbejdere der påpeger overtrædelse og indberetter til ledelse
- Ledelse der giver sanktioner
- Medarbejdere der giver støtte og hjælp til en skoledag uden røg- og nikotinprodukter
- Røgfri arbejdstid for ansatte
- Forældresamarbejde
- Synlig kommunikation internt og eksternt

Få hjælp til indsatsen

- Deltag på Kræftens Bekæmpelse kursus [Bliv klædt til arbejde med unge, tobak og nikotin](#)
- Brug undervisningsmaterialet [Gå op i røg](#) og [Forældremateriale](#)
- Se om det er muligt at få undervisning fra [Frivillige sundhedsformidlere](#)
- Tilbyd stophjælp via [Stoplinjen Xhale](#) eller se om der er rygestopkurser i kommunen her [rygestopkurser](#)
- Du kan gratis bestille [materialer](#) her



Frivillige sundhedsformidlere

Tobaks- og
nikotinfores
byggende
undervisning
skoler

Ryge- og
nikotinstop
events ungdoms
uddannelser

Forældre
Møder
Røgfri nikotin
produkter



Behandling i ØU og Borgerrepræsentationen

Beslutning: Hver forvaltnings Hoved-MED tager stilling til, om man vil indføre røg- og nikotinfri arbejdsplads i forvaltningen.

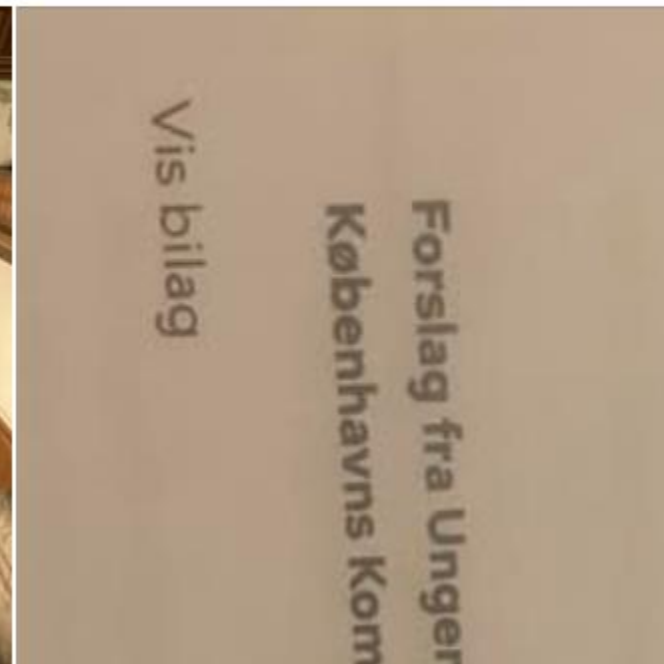


Kræftens Bekæmpelse - København Lokalforening

29. januar · 🌐

...

Lad os sammen hjælpe de unge med at skabe en røg og nikotinfri skole, og ikke mindst en røg- og nikotinfri kommune



Næste skridt

- Kræftens Bekæmpelse inviteret til at holde oplæg for de 7 forvaltningers Hoved-MED om røgfri arbejdstid
- Københavns Ungeråd har genvalgt deres fokus på røgfri arbejdstid i kommunen
- Lokalforeningen vil fortsætte den politiske indsats gennem dialog med politikere, læserbreve og kampagne på sociale medier – kommunalvalg 2025



Læring

Partnerskaber med andre kan være en stor fordel, fordi:

- Det kan give større gennemslagskraft
- Det kan åbne nye døre
- Det kan give de involverede ny viden og perspektiver
- Det kan danne udgangspunkt for fremtidigt samarbejde



Kontakt

Kræftens Bekæmpelse har områdekontoret i hver region og lokalforeninger i de fleste kommuner. Hvis du er interesseret i samarbejde kan du kontakte områdekontorene her:

Hovedstaden

Jakob Guldberg Madsen

Telefon: 40 33 77 05

Mail: guldberg@cancer.dk

Nordjylland

Sine Dam Møller

Telefon: 22 79 18 19

Mail: sdm@cancer.dk

Midtjylland

Lisbeth Østergaard

Telefon: 53 19 09 16

Mail: metjor@cancer.dk

Syddjylland

Bruno Langdahl

Telefon: 30 38 23 18

Mail: brunol@cancer.dk

Sjælland

Lisbeth Østergaard

Telefon: 30 38 23 45

Mail: lisoes@cancer.dk



Spørgsmål og drøftelse af beslutnings- processen



Opsamling - anbefalinger

- ❖ Forberedelse til politisk beslutning skal tage afsæt i de 'kroge', I har
- ❖ Gå efter en helhedsløsning - vejen dertil kan være små skridt (fx en prøvehandling)
- ❖ Røg- og nikotinfri arbejdstid er et naturligt element i sunde arbejdspladser



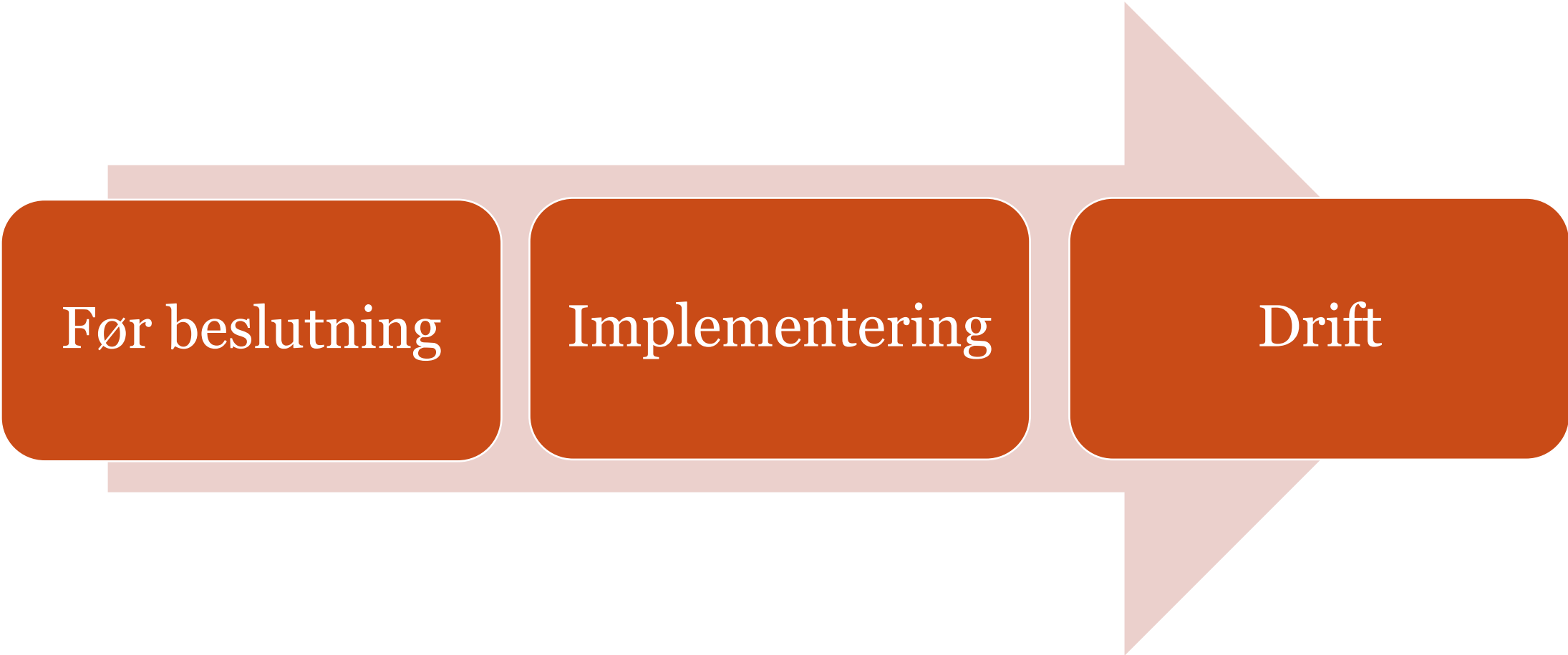
Pause

KL

Implementerings- processen

v. Center for Forebyggelse i praksis

RØG- OG NIKOTINFRI ARBEJDSSTID I KOMMUNEN



Før beslutning

Implementering

Drift

Fra Rygepolitik til Tobaks- og nikotinpolitik i Odense Kommune

v. Chefkonsulent Sanne Bruun Andersen

KL-webinar d. 4. juni 2025

Hvad er det nye i politikken?

- Tobaks- og nikotinpolitikken omfatter alle former for tobak og nikotin, herunder cigaretter, e-cigaretter som fx puff bars og vapes, røgfrie tobaks- og nikotinprodukter som fx snus og tyggetobak mm.
- Den omfatter også øvrige relaterede produkter som fx e-cigaretter uden nikotin.
- Rygeafvænningsprodukter, som er godkendt af Lægemiddelstyrelsen, er undtaget, hvis brugen af disse er forenelige med driften og ikke kan forveksles med almindelige tobaks- og nikotinprodukter.



Argumenter for ændring

- Det støtter op om den politiske vision om, at Odense er røg(og nikotin)frit i 2030.
- WHO vurderer, at alle former for tobaks- og nikotinbrug er skadelige og skal behandles ens
- Det er i tråd med Odense Kommunes medarbejderrettede sundhedspolitik
- Medarbejdere i Odense Kommune er rollemodeller
- Ensretning i regler for brug af tobak- og nikotinprodukter – nemmere at administrere
- Ensretning med eksisterende lovgivning på skole- og uddannelsesområdet
- Signalværdi i hensyn til borgerens/brugerens egen sundhed
- Et sikkerheds-, klima- og bæredygtighedsmæssigt perspektiv

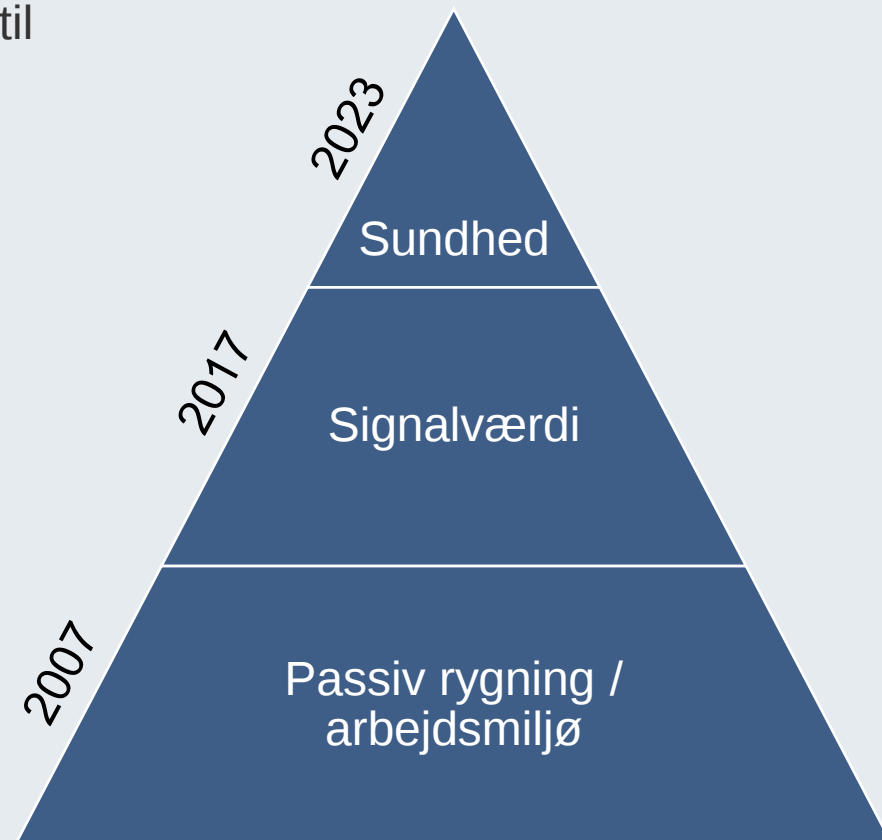
Fokus i politikken er blevet udvidet

Fokus er skiftet fra alene at handle om arbejdsmiljø (passiv rygning) til også at handle om signalværdi og sundhed.

2007: Røgfri arbejdsplads. Sikre at ansatte i Odense Kommune ikke udsættes for passiv rygning.

2017: Røgfri arbejdstid. Man må ikke være synlig som Odense Kommune medarbejder fx i uniform, hvis der holdes rygepauser. Det er således heller ikke længere tilladt at ryge på matriklen.

2023: Tobaks- og nikotinfri arbejdstid. Nye tobaks- og nikotinprodukter inkluderet dvs. også produkter, som ikke umiddelbart er synlige eller generer andre.



Principper der stadig gælder

Du må ikke anvende tobaks- og nikotinprodukter:

- i arbejdstiden. Det gælder uanset, om du er til møde/kursus/udflugt væk fra arbejdspladsen, eller om du transporterer dig i det offentlige rum.
- når du bærer uniform/tøj fra Odense Kommune eller på anden måde er genkendelig som medarbejder i Odense Kommune.
- i Odense Kommunes bygninger, materiel og på udendørs arealer, der tilhører bygningen (matriklen), dvs. skolegårde, idrætspladser, legepladser, fællesarealer og andre af arbejdspladsens udendørsarealer. Forbuddet gælder også uden for åbningstid.
- i og på Odense Kommunes transportmidler dvs. både cykler og biler.

Implementering: Medarbejdere

- Nyhed på Medarbejderportal:
 - Indhold i ny politik
 - Årsager til ændring
 - Proces for implementering (i MED)
 - Link til STOP-forløb
- Side på Medarbejderportal med info om tobak og nikotin

Stop for tobak og nikotin?

Ny Tobaks- og nikotinpolitik skal skabe bedre rammer for en sund livsstil. Er det også nu, du skal kvitte nikotinen? Så læs mere om STOP-forløb lidt længere nede i denne nyhed.

Ny politik: Tobaks- og nikotinfri arbejdstid

Odense Byråd besluttede i efteråret at erstatte Odense Kommunes rygepolitik med en [Tobaks- og nikotinpolitik](#).

Rygepolitikken omfattede ikke nye tobaks- og nikotinprodukter, fx snus og nikotinposer. Flere arbejdspladser, især uddannelsesområdet, oplever udfordringer med brug af røgfrie tobaks- og nikotinprodukter. Derfor er røgfrie tobaks- og nikotinprodukter nu en del af politikken. Det er også derfor, at navnet "Rygepolitik" ændres til "Tobaks- og nikotinpolitik".

Tobaks- og nikotinfri arbejdstid er helt i tråd med Odense Kommunes sundhedspolitik om at være en arbejdsplads, der understøtter den sunde livsstil gennem sunde rammer. Vi ønsker især at forebygge, at unge medarbejdere begynder at bruge tobaks- og nikotinprodukter. Det støtter også op om den politiske vision om et røgfrit Odense i 2030.

Hvad er det nye i politikken?

- Tobaks- og nikotinpolitikken omfatter alle former for tobak og nikotin, herunder cigaretter, e-cigaretter som fx puff bars og vapes, røgfrie tobaks- og nikotinprodukter som fx snus og tyggetobak mm
- Den omfatter også øvrige relaterede produkter som fx e-cigaretter uden nikotin
- Rygeafvænningsprodukter, som er godkendt af Lægemiddelstyrelsen, er undtaget, hvis brugen af disse er forenelige med driften og ikke kan forveksles med almindelige tobaks- og nikotinprodukter.

Fokus i politikken er altså udvidet fra alene at handle om arbejdsmiljø (passiv rygning) til også at handle om den enkeltes sundhed og signalværdien ift. borgerne.

Vil du være fri for tobak og nikotin?

Som medarbejder i Odense Kommune har du mulighed for at deltage i et gratis STOP-forløb. Nye forløb starter løbende op, så der er mulighed for at hoppe på, når det passer dig. [Læs mere om det her.](#)

Hjælp til arbejdspladser

Der er lavet forskelligt materiale til ledere og MED som hjælp til implementering, bl.a. en Retningslinje for tobaks- og nikotinprodukter samt vejledning og præsentation til arbejdspladserne. [Du finder det hele her.](#)



Implementering: Ledere

- Nyhed på Lederportal (samme som Medarbejderportal)
- Vejledning til ledere med:
 - Indhold i ny politik
 - Årsager til ændring
 - Konkrete eksempler på håndtering af selvbetalte pauser

IMPLEMENTERINGSVEJLEDNING TIL TOBAKS- OG NIKOTINPOLITIK OG RETNINGSLINJE FOR TOBAKS- OG NIKOTINPRODUKTER

1. INDLEDNING

Denne vejledning er målrettet ledere. Den er tænkt som en understøttelse af de ledelsesbeslutninger, der skal træffes i forbindelse med implementering af tobaks- og nikotinpolitikken. Tobaks- og nikotinpolitikken er en del af personalepolitikken og blev vedtaget af Byrådet i oktober 2023.

2. FAKTA OM TOBAKS- OG NIKOTINPOLITIKKEN

Tobaks- og nikotinpolitikken omfatter alle medarbejdere i Odense Kommune og borgere, der opholder sig i Odense Kommunes bygninger og områder. Reglerne i tobaks- og nikotinpolitikken:

- Du må ikke anvende tobaks- og nikotinprodukter:
 - i arbejdstiden. Det gælder uanset, om du er til møde/kursus/udflugt væk fra arbejdspladsen, eller om du transporterer dig i det offentlige rum. Du må anvende tobaks-/nikotinprodukter i selvbetalte pauser, hvis du har en aftale med din leder om det.
 - når du bærer uniform/tøj fra Odense Kommune eller på anden måde er genkendelig som medarbejder i Odense Kommune. Hvis du har aftalt mulighed for at anvende tobaks-/nikotinprodukter i selvbetalte pauser, skal du derfor enten skifte tøj eller dække uniform, navneskilt og lign. til, mens du anvender det.
 - i Odense Kommunes bygninger, materiel og på udendørs arealer, der tilhører bygningen (matriklen), dvs. skolegårde, idrætspladser, legepladser, fællesarealer og andre af arbejdspladsens udendørsarealer. Forbuddet gælder også uden for åbningstid.
 - i og på Odense Kommunes transportmidler.

Som udgangspunktet må der ikke anvendes tobaks- og nikotinprodukter, når man er på arbejde. Der må dog anvendes tobak og nikotinprodukter i selvbetalte pauser, hvis man har en aftale med sin leder om det.

3. SUND ARBEJDSPLADS

I tråd med Odense Kommunes sundhedspolitik er holdningen til tobaks- og nikotinprodukter i Odense Kommune, at vi er en tobaks- og nikotinfri arbejdsplads, hvor medarbejdernes og borgernes sundhed og sikkerhed prioriteres højt. Derfor må medarbejderne ikke anvende tobaks- og nikotinprodukter i arbejdstiden. Den enkelte medarbejder har dog mulighed for at lave en aftale om selvbetalt tobaks- og nikotinpause med nærmeste leder. Det er op til den enkelte leder at vurdere, om der kan laves aftaler om selvbetalte tobaks- og nikotinpauser. I praksis kan dette være dilemmafyldt og vanskeligt at implementere. Nedenstående vejledning skal ses som en hjælp til ledere i implementeringen af tobaks- og nikotinpolitikken.

4. VEJLEDNING IFT. BESLUTNING OM SELVBETALTE TOBAKS- OG NIKOTINPAUSER

Som leder skal du skal overveje nedenstående, når en medarbejder ønsker at lave en aftale om selvbetalte tobaks- og nikotinpauser. Udgangspunktet for alle aftaler om selvbetalte tobaks- og nikotinpauser er, at det skal være foreneligt med driften på den pågældende arbejdsplads.

Er medarbejderen på flextid?

Hvis medarbejderen er på flextid, kan det aftales, at medarbejderen flexer ud for at holde tobaks- og nikotinpauser.

Har medarbejderen fleksible arbejdstider?

Hvis medarbejderen har fleksible arbejdstider, kan det aftales, at medarbejderen selv lægger den tid, der bruges på tobaks- og nikotinpauser oveni den almindelige arbejdstid.

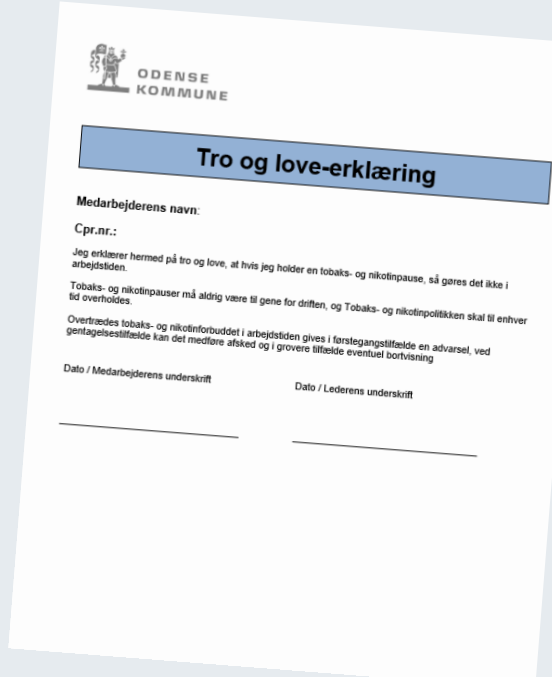
Implementering: MED

- Informationsmateriale / oplæg til brug i MED-udvalg
 - sikre, at alle medarbejdere er bekendte med den nye politik og den tilhørende retningslinje
 - drøfte, om det giver anledning til lokale tiltag
 - gøre opmærksom på STOP-tilbud.



Aftale om selvbetalte pauser

- Du må anvende tobaks- og nikotinprodukter i selvbetalte pauser, hvis du har en aftale med din leder om det.
- Det er op til den enkelte leder at vurdere, om der kan laves aftaler om selvbetalte tobaks- og nikotinpauser. Udgangspunktet for alle aftaler om selvbetalte tobaks- og nikotinpauser er, at det skal være foreneligt med driften på den pågældende arbejdsplads.
- De øvrige principper skal stadig overholdes, dvs. man skal enten skifte tøj eller dække uniform, navneskilt og lign. til, gå uden for matriklen og ikke køre i/på Odense Kommunes køretøjer.
- Det anbefales, at aftalerne om selvbetalte tobaks- og nikotinpauser laves skriftligt og lægges på personalesagen.



ODENSE
KOMMUNE

Tro og love-erklæring

Medarbejderens navn: _____

Cpr.nr.: _____

Jeg erklærer hermed på tro og love, at hvis jeg holder en tobaks- og nikotinpause, så gøres det ikke i arbejdstiden.

Tobaks- og nikotinpauser må aldrig være til gene for driften, og Tobaks- og nikotinpolitikken skal til enhver tid overholdes.

Overtrædes tobaks- og nikotinforbudet i arbejdstiden gives i første gangs tilfælde en advarsel, ved gentagelsestilfælde kan det medføre afsked og i grovere tilfælde eventuel bortvisning.

Dato / Medarbejderens underskrift _____ Dato / Lederens underskrift _____

Konsekvenser ved overtrædelse

- Ledelsen på en arbejdsplads har ansvaret for, at tobaks- og nikotinpolitikken overholdes. Ledelsen har derfor pligt til at skride ind over for medarbejdere og borgere, der ikke overholder politikken.
- Hvis en medarbejder overtræder tobaks- og nikotinpolitikken, gives i førstegangstilfælde en advarsel, ved gentagelsestilfælde kan det medføre afsked og i grovere tilfælde eventuel bortvisning.
- Sanktionering sker altid ud fra en konkret og individuel vurdering.

I praksis fungerer overholdelse af politikken tillidsbaseret

Tilbud om hjælp hos Røgfrit Odense^{og nikotin}

Som medarbejder i Odense Kommune har man mulighed for at deltage på et STOP-forløb sammen med andre, der også ønsker at stoppe med at ryge, bruge snus, vapes eller andre nikotinprodukter.

Der er også individuelle forløb som E-kvit med app og telefonisk rådgivning ved STOPLINIEN.

Man kan læse om tilbuddene på Medarbejderportalen.



Mere info

Byrådssagen kan læses på [Odense Kommunes hjemmeside](#)

Mail: sban@odense.dk

Formidling og hjælp til ledere og mellemedere

- Informationsmøde for ledere og mellemedere om ny tobaks- og nikotinpolitik og nye regler om røg- og nikotinfri arbejdstid
- Hvordan håndterer lederne og mellemederne de mange spørgsmål og nye grænser, som ofte skal afprøves?
- Lederne får viden om nikotin, afhængighed, rygevaner og ikke mindst hjælp med gode strategier ift. at håndtere en arbejdsdag uden røg og nikotin
- Varighed: 1 time

Røg- og nikotinfri arbejdsplads – og hvad nu?

- Informationsmøde for alle som ryger og bruger nikotin på arbejdspladsen, uanset om de overvejer et ryge- og nikotinstop eller ej
- På mødet får man viden om nikotin, afhængighed, rygevaner og ikke mindst hjælp med gode strategier ift. at håndtere en arbejdsdag uden røg og nikotin – herunder hvordan nikotinprodukter virker og anvendes til at lette den akutte trang – desuden tilbud om at deltage på et stopforløb, som kommunens sundhedsområde tilbyder gratis
- Varighed: 1-1,5 time

Nikotinafhængighed

Nikotin skader sundheden og er afhængighedsskabende.

Sundhedsstyrelsen anbefaler derfor, at alle, der bruger nikotinprodukter, får hjælp og vejledning til at stoppe.

GRATIS RÅDGIVNING:

- Kommunens stoptilbud (rygning og nikotin)
- Stoplinien 80 31 31 31 (national telefonlinie)
- [Kvit | Kræftens Bekæmpelse](#) (stop online)



Spørgsmål og drøftelse af implementering

Hvordan følge op?

Drøftelse: håndhævelse
og hjælp til rygere og
nikotinbrugere

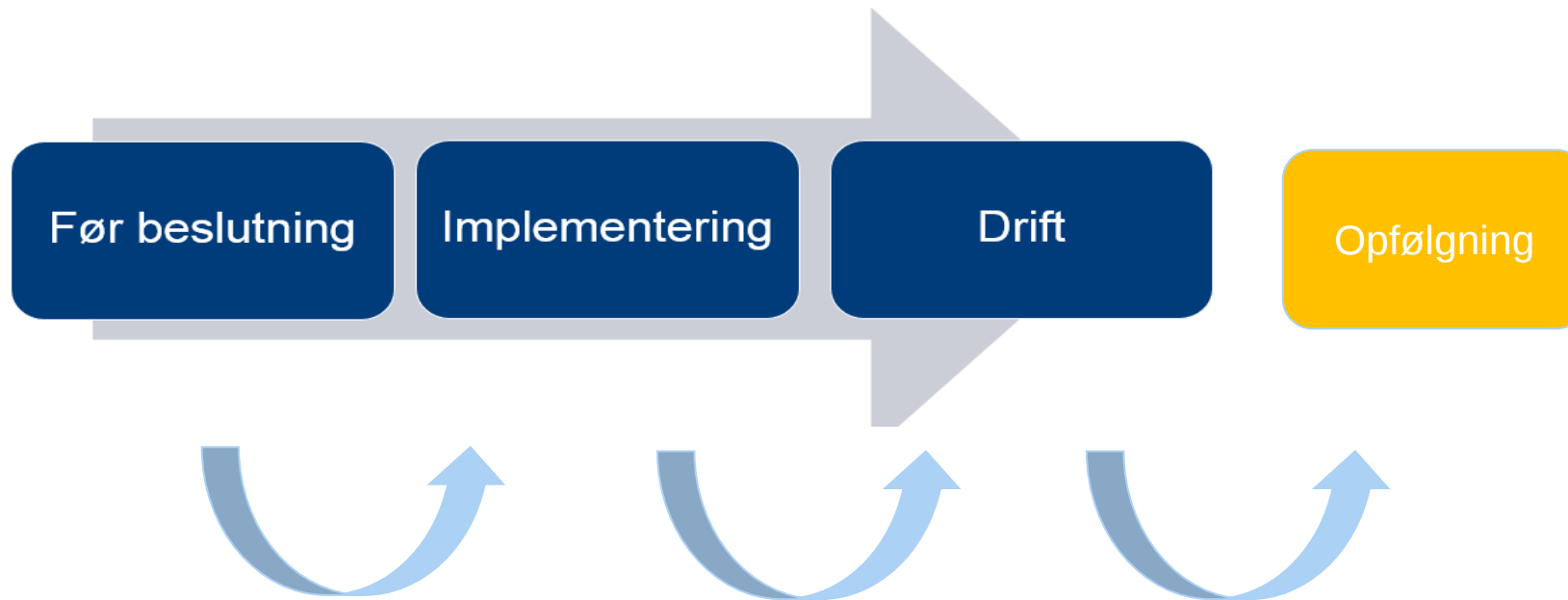




Sådan gør vi her hos os

- hvordan får vi skabt en kultur for tobaks- og nikotinfri arbejdsplads?

Opfølgning - opmærksomhedspunkter





Det videre arbejde

Dine næste skridt

Brug chatten

Fælles input til ‘dine næste skridt’

- ☐ Skriv din kommunes navn i chatten og ‘næste skridt’
- ☐ Ønsker til sparring?



Maria Stage, seniorprojektleder, marsta@cancer.dk

Inspiration til en god proces



<https://mediebibliotek.cancer.dk/m/76a8cd6eb979af74/original/Roegfri-arbejdstid-i-deres-kommune.pdf>





Inspiration

På de næste sider finder du

Gode råd fra kommuner med røgfri arbejdstid

"Hav mulighed for at klæde lederne på til at kunne tage de her snakke ude på den enkelte arbejdsplads. Og så set i bakspejlet, syntes jeg det kunne være interessant at evaluere på det, og se hvordan går det egentligt helt reelt".

Sundheds- og forebyggelses-
konsulent Bettina Mirasola,
Viborg Kommune

"Lav en kommunikationsplan. Man kan jo godt køre det vældigt stort op. Altså jeg syntes, vi har gjort det meget enkelt. Gør det simpelt".

Arbejdsmiljøkonsulent Alice
Ichikawa, **Vejen Kommune**

"Det er vigtigt for mig at sige, at man skal give det tid. Man må ikke haste det igennem. Så det er i hvert fald min erfaring, at den tid vi havde, hvor vi havde et helt år, var faktisk godt".

Fællestillidsrepræsentant og
Næstformand i HovedMED-
udvalget, Gitte Jørgensen,
Næstved Kommune

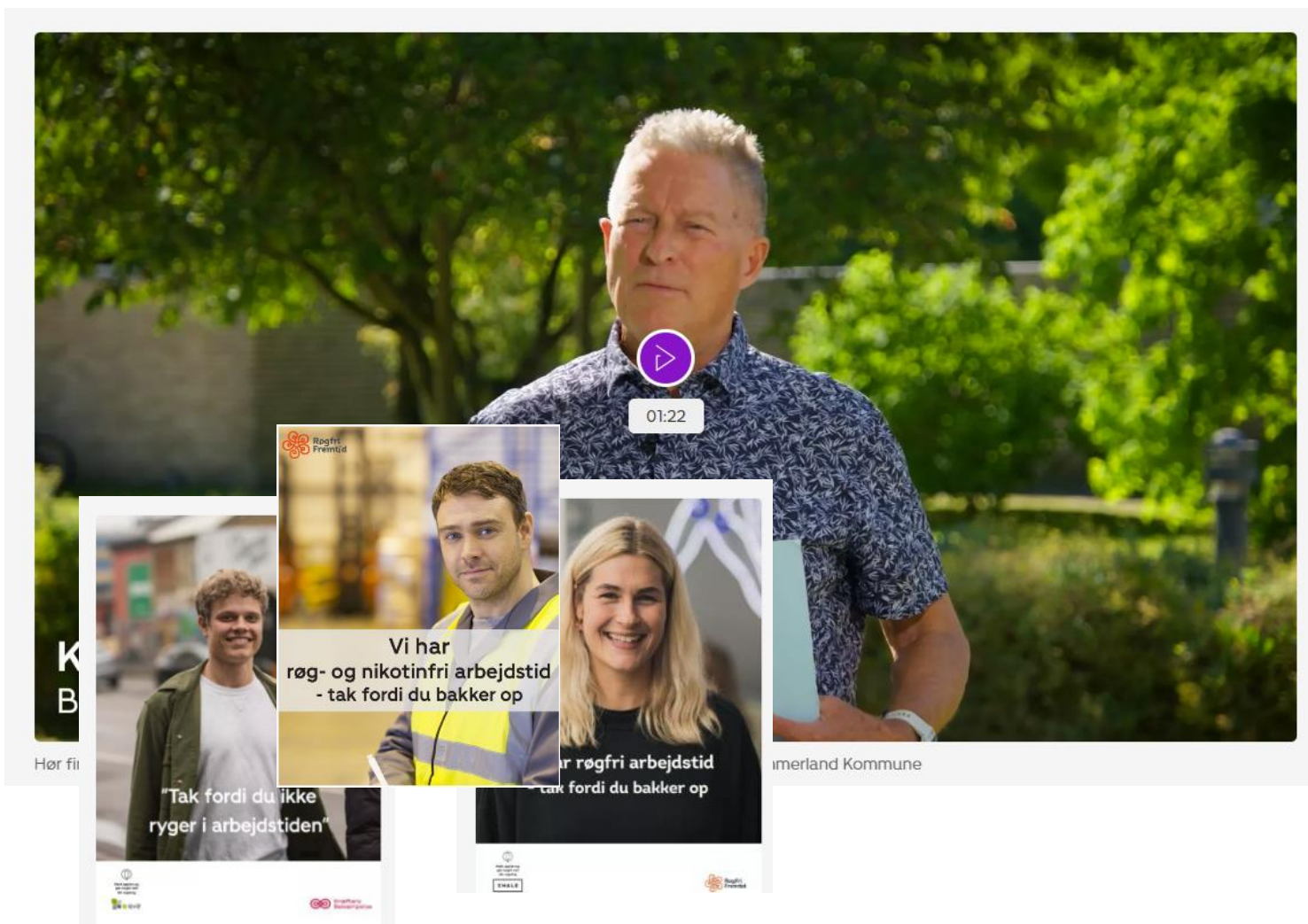
"Sørg for en grundig involvering af medarbejdersiden. Medarbejdernes synspunkter og forslag er en vigtig del af den dialog, der kører forud for en beslutning om røgfri arbejdstid. Det er vigtigt, vi kan tale sammen om de bekymringer, der kan være i forbindelse med en beslutning om røgfri arbejdstid".

HR-chef Torsten Lyster,
Fåborg-Midtfyn Kommune

"Vær ude i god tid, og tilbyd tyggegummi, plastre eller rygestopkurser et godt stykke tid inden, at man starter implementeringen. Så de ryger ved, at de vil blive udfordret, og tid til at vænne sig til ikke at ryge. Nu siger vi ryge, men det gælder alle tobaksprodukter – også e-cigaretter".

AC-konsulent Kathrine Biltorf
Varde Kommune

Find materialer og inspiration på cancer.dk/roegfriarbejdstid



Kontakt

roegfriarbejdstid@cancer.dk

Find materiale på
Sundhedsstyrelsens
hjemmeside

Link til pjece:

Roegfri-arbejdstid---Hvordan-og-
hvorfor.ashx

KL

Røgfri arbejdstid. Hvorfor og hvordan



Skriv hvad præsentationen handler om



Center for Forebyggelse i praksis i KL

- Rådgivning i forhold til beslutnings- og implementeringsprocessen
- Oplæg om forebyggelse og sundhedsfremme for politikere og chefgrupper m.fl.

www.kl.dk/forebyggelseipraksis



Tak for i dag