

Framtaget av A Non Smoking Generation

A NON SMOKING
Generation
SINCE 1979

Tobaks-/nikotinfri ungdomsverksamhet

Tips, trix och förhållningsätt

EGALYA





Om Egalia

Egalia är en ungdomsgård fri från hetero- och cisnormer. Det är en ledarledd, alkoholfri, social mötesplats för ungdomar som är eller tror att de kan vara HBTQ+.

Under Egalias samling går ungdomsledarna igenom verksamhetens förhållningsregler. Nolltolerans mot rasism, sexism, funkofofi, homofobi och transfobi, alkohol, droger och tobaksbruk.

För att undvika att tobak och nikotin sprids genom social påverkan, råder nolltolerans mot användning av dessa produkter på ungdomsgården. Om en ungdom ändå ska använda tobak/nikotin, måste de lämna verksamheten och inte ta med sig någon annan. Paket eller dosor ska inte heller visas upp för att undvika att normalisera eller uppmuntra användning av tobak och nikotin.

Varför anser ni att det är viktigt med en tobaks-/nikotinfri verksamhet?

“Egalia har varit tobaks- och nikotinfri redan sedan starten 2007. Det är för att vi ser att det har en negativ inverkan på unga människor i deras liv, och vi vill skapa en sån trygg plats som möjligt. Egalia jobbar med ett koncept för tryggare rum och då handlar det om hur kan vi jobba mot olika normer i samhället som gör att man inte mår bra, särskilt då när man riktar sig till en målgrupp som redan inte har det så bra alla gånger så är det extra viktigt, hur kan vi främja hälsa här.”



Psst! Visste du att nikotin utvinns direkt från tobaksplantan? 🌱

~Jenny



Vad får ni för reaktioner på ert förhållningssätt och vilka omfattas av den?

!! Psst! Visste du att tobak/nikotin motverkar alla globala hållbarhetsmål? 🌍



“Vi presenterar reglerna under samlingen och vi får egentligen inga särskilda reaktioner på det. Att föregå med gott exempel och vara öppen med sina egna erfarenheter skapar en gemensam acceptans.”

“Verksamheten är tobaks- och nikotinfri och detta gäller även ungdomsledarna. Om vi har förhållningsregler för dom som inte gäller oss, då kommer de inte att ta reglerna på allvar.”

~Nikos

Vilka förhållningsregler har ni gällande tobak/nikotin?

“Om man har ett starkt nikotinberoende och verkligen inte kan hålla sig från att använda en sån produkt så är vi tydliga med att vi inte vill att man står intill verksamheten, just för att inte sprida en norm och kultur på Egalia där man röker, snusar eller vejpar.

Om man känner att man måste använda det, får man i så fall enskilt gå en bit bort, och vi är tydliga med att man inte heller behöver kommunicera det högt. Vi vill inte att andra ska uppmuntras till att göra detsamma.”

~Jenny

👁️ Psst! Visste du att tobak/nikotin påverkar den psykiska hälsan? Det ökar bland annat risken för psykiska besvär såsom ångest, depression och inlärningssvårigheter. 🧠





Vad har Egalia för tips till andra verksamheter?

“Man måste jobba med ungdomarna, man måste komma till en gemensam överenskommelse. Börja med att få kunskap som ungdomsledare, och ta ställning till hur man ser på tobaksindustrin och ha en workshop kring dessa frågor.

Det är viktigt att som ungdomsledare inte glamourisera tobaksbruk, men det är viktigt att kunna prata om det och bemöta frågor om varför vissa röker, snusar eller vejar. Viktigt att kunna bemöta hur beroendeframkallande det är och att något som i början kan upplevas som behagligt på kort sikt, senare kan leda till flera problem. Det är viktigt att ha konversationer och diskussioner kring såna här ämnen.”

Hur ofta ser du reklam för nikotinprodukter?

“Jag ser jättemycket reklam för [nikotinmärke]. Jag ser det överallt, på youtube, på gatan, bussplatser, på billboards. Jag gillar inte hur normaliserat det har blivit. Det har verkligen ökat och det är på grund av reklamen som finns överallt, reklamen är så färgglad. När jag fick reda på att man använder kobolt i vejps då blev jag ännu mer emot det, det används mycket barnarbete i Kongos koboltgruvor. Egalias förhållningssätt tycker jag är bra, det är bra att man inte ska ta med sig sina vänner för då kan dom också vilja börja.”

~ Rama,
17 år

👁️ Psst! Visste du att unga svarar i undersökningar att miljöförstörelsen eller barnarbetet inom tobaksproduktion är skäl nog att avstå tobak och nikotin? 🙋



A Non Smoking Generations tips till ungdomsverksamheter

Utbilda ungdomsledare om att:

- Tobaks-/nikotinbruk är socialt smittsamt.
- Tobaks-/nikotinprodukter ökar risken för psykisk ohälsa såsom ångest, sömnproblem och psykiska sjukdomar.
- Tobaksindustrin använder sig av barnarbete, bryter mot mänskliga rättigheter och motverkar samtliga av FN:s 17 globala hållbarhetsmål.

Förhållningssätt:

- Implementera tydliga förhållningssätt för tobak/nikotin som inkluderar ungdomar såväl som ledare.
- Prata om förhållningsreglerna med verksamhetens ungdomar och understryk att det inte handlar om att skambelägga eller kontrollera de som brukar tobak/nikotin, utan om att skydda de som inte börjat.

Material och källor

Fördjupning inom ämnet:

Tobak och Agenda 2030

Tobak och miljö

Tobak och global hälsa

Tobak, fattigdom och barnarbete

Tobaksindustrins strategier

Affischer att sätta upp:

Visste du att nikotin kommer från tobak? Hälsorisker (stående format).

Visste du att nikotin kommer från tobak? Hälsorisker (liggande format).

Visste du att nikotin kommer från tobak? Mänskliga rättigheter (stående format).

Visste du att nikotin kommer från tobak? Globala mål (liggande format).

