

# VISIR AKTUELLT

MEDLEMSTIDNING FÖR RIKSFÖRBUNDET VISIR  
NR 2 SOMMAREN 2017

*Friskare liv*



*Vi önskar våra läsare en skön sommar!*

**Förbundsmöte  
i Stockholm**

**Fimpar skräpar ned**

**Rökigt i TV**

Nästa nummer av  
VISIR Aktuell kommer i nov 2017

## Ordföranden har ordet

# Tillsammans gör vi skillnad!

Tobaksfria dagen den 31 maj har i år som tema "Tobaken hotar hållbar utveckling (Tobacco – a threat to development)". Tobaksproduktionen och tobaksanvändningen i världen hotar ländernas möjligheter till hållbar utveckling. Även FN:s globala mål för hållbar utveckling lyfter fram att arbete mot tobakstillverkning och konsumtion är nödvändigt för att nå målen. Det gäller alla mål, men syns tydligast när det gäller mål 3, "God hälsa och välbefinnande".

Rökning bedöms vara den enskilt största riskfaktorn för sjukdom och död – och en betydande orsak till ojämlik hälsa. Trots ökande kunskap om orsakssamband och effektiva motåtgärder går det tobaksförebyggande arbetet för långsamt. Vi föreslår ett perspektivskifte för att effektivisera arbetet Tobacco Endgame – Rökfritt Sverige 2025. Ett stöd

för ett nationellt politiskt beslut om utfasning skulle gagna det fortsatta arbetet. Även om regeringen har uttalat sitt stöd för det föreslagna målet 2025 har ingen handlingsplan presenterats. Därför krävs ett ökat opinionusstöd i hela samhället.

För tredje året i rad arbetar Riksförbundet VISIR med informationskampanjen Rökfri Ramadan. Under fastemånaden Ramadan ska muslimer varken äta eller röka under den ljusa delen av dygnet. Detta gör perioden till ett bra tillfälle för dem som vill sluta röka. Ramadan-månaden börjar i år den 27 maj. En Ramadanfolder har producerats med bönetider och budskap mot rökning på svenska, arabiska och somaliska. Rökfri Ramadan är ett samarbetsprojekt i Stockholmsområdet mellan VISIR, Stockholms stad, Sluta-Röka-Linjen, och flera moskéer. Nytt för i år är att projektet har



**Agneta Alderstig**  
Förbundsordförande i VISIR

utökats till Göteborg. Där har VISIR samarbetat med Göteborgs stad, Angereds Närsjukhus och Göteborgs Moskén.

Många fler behöver engagera sig för att minska tobaksbruket – ökad jämlikhet och hållbar utveckling - inte minst för våra barns skull. Vi behöver bli fler medlemmar i VISIR, Vi Som Inte Röker. Engagera dig och din familj, vänner och arbetskamrater.

Tillsammans kan vi göra skillnad! Tillsammans blir vi starkare!

**Agneta Alderstig**



**VISIR-Aktuellt/Friskare liv** är medlemstidning för **Riksförbundet VISIR**

Utkommer:

Fyra nummer per år

Redaktör och ansvarig utgivare:

**Arne Stråby**, arne.straby@telia.com

Förbundsordförande:

**Agneta Alderstig**, agneta.alderstig@gmail.com

Grafisk produktion:

**Mynta design och produktion**, maria@myntadesign.se

Material per post till kansliet.

Tryck:

**Exakta printing** ISSN 0282-0617

Adress:

Riksförbundet VISIR, Hälsans Hus, Fjällgatan 23 B, 116 28 Stockholm  
Tel 08-591 282 11, E-post: visir@telia.com, [www.visominteroker.se](http://www.visominteroker.se)

Omslag: Adobe Stock



## Rökigt i Vetenskapens värld

I TV visade nyligen programmet *Vetenskapens värld* en film om E-cigarettor. Där gavs en hel del fakta om deras påstådda roll som en väg att sluta röka. Man fick också veta en hel del om de vätskor som används, som ska förångas och ge rökaren ett nikotinhaltigt surrogat för riktig rök.

Men jag tycker att viktiga fakta fördunklades av det myckna bolmandet i programmet. Samtidigt som några fakta gavs blåste någon omedveten rökare ut enorma rökmoln. Det var ett evigt bolmande i programmet. Det sägs att rökmoln ofta får rökare att treva efter cigarett-paketet. Då blir effekten den



motsatta till vad programmakarna tror.

Filmen var engelskspråkig och förstås färdigköpt. Men man skulle önska att Vetenska-

pens värld kunde servera fakta utan rök. Fakta gör sig liksom god mat bäst utan rök.

Arne Stråby

## Fimpar är värsta skräpet

1 miljard fimpar hamnar på våra gator och torg i Sverige varje år. Det världsomfattande nätverket Clean up the World uppskattar att cirka 4 500 miljarder fimpar varje år slängs på marken. Det torde motsvara ungefär 1 miljard i Sverige.

Fimpen är ett farligt skräp. Cigarettfiltret är gjort av cellulosaacetat, ett slags plast. I filtret fastnar tobakens farliga

ämnen för att de inte ska nå rökarens lungor, ämnen som även är farliga för naturen. 80 procent av allt skräp i stadsmiljöer är tobaksrelaterade produkter som fimpar, cellofanpapper, snusdosor och cigarettpaket.

Den enskilda fimpen är individens ansvar. All nedskräpning är förbjuden i miljöbalken, men det finns ett producentansvar.

Text från en hemsida hos "Håll Sverige rent"



Fimpar i naturen är ett otyg, och där går det inte att sopa upp dem.

Bild: Arne Stråby

## Punktskatt på nikotin

För drygt två år sedan föreslog riksdagsledamöterna Barbro Westerholm och Johan Pehrson (L) beskattning på nikotin i stället för på tobak. Frågan har fått ökad aktualitet sedan Swedish Match lanserat snus utan tobaksblad men med nikotin.

Anledningen till att de ville reformera tobaksbeskattningen var den starka utvecklingen på e-cigarettmarknaden. E-cigaretterna utgörs av behållare med vätskor, som kan innehålla nikotin och som bildar rökbar ånga när de hettas upp genom ett laddningsbart batteri.

Swedish Match har utvecklat snusprodukten ZYN, en helt vit produkt utan tobak. Niqopod kallas den nya prillan med nikotinet inbakat i något sorts fyllnadsmaterial men som till skillnad från det traditionella snuset inte innehåller tobak eller vatten.

Det svenska företaget Nicoc-



Bild Arne Stråby

Dan Svensson

cino Holding AB äger ett patent där nikotinformuleringen utgörs av en knappt frimärksstor och lövtunn film gjord på brun-alger. Fäst under läppen eller på insidan av kinden löses filmen upp och nikotinet avges snabbt. På så sätt kan rökare snabbt och diskret få i sig en dos nikotin, när och var som helst. Nu vill företaget lansera sin produkt som ett receptfritt nikotinläkemedel.

Nikotinet i dessa alternativa nikotinprodukter utvinns ur

tobaksplantan. Westerholm och Pehrson menar att det är just råvaran, tobaksplantan, som är den avgörande faktorn för om en produkt ska beläggas med punktskatt eller inte. De menar också att en sådan skatt kan skilja sig mellan olika produkter beroende på vetenskapliga ställningstaganden om deras respektive hälsorisker.

VISIR har i ett remissvar uppmärksammat regeringen på utvecklingen av alternativa nikotinprodukter. Tobaksrökningens hälsorisker och att förekomsten av rökvanor i Sverige och i många andra utvecklade länder avsevärt minskat har säkert bidragit till att nya produkter utvecklas. Swedish Match har sedan länge lyft ut cigaretter från sitt utbud för att satsa på snus. Lagstiftningen måste hänga med i tobaksindustrins produktutveckling så att inte onödiga kryphål eller otydligheter uppstår

Dan Svensson

### Stöd namninsamlingensaktionen!

## Stoppa tobaksaktier i AP fonderna

Var med i opinionen för att sätta stopp för tobaksknutna aktier i AP-fonderna!

**Stoppa aktierna i AP fonderna**

**<http://upprop.nu/SXZW>**

Blir medlem i VISIR pg 60 04 07 - 2 [www.visir.a.se/bli-medlem/](http://www.visir.a.se/bli-medlem/)

*Allt som VISIR byggt upp under 40 år behöver nu försvaras !*

# Präster mot tobak

Åke Åredal har under sitt yrkesliv sysslat med utveckling och innovation. Men han har på senare tid fått intresse för det mystiska och börjat skriva. Han fick ta del av tankar som en lite udda präst, Fritz Olofsson, skrivit ner och som kom ut i bokform 2005, tre år innan han dog.

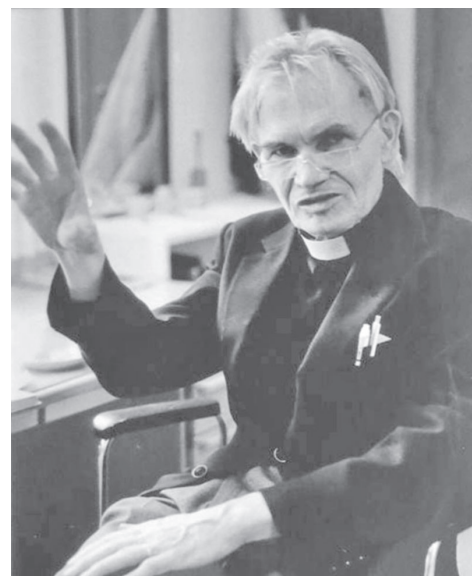
Åke blev intresserad av både hans tankar och hans person, så han satte sig att studera och skriva en bok om honom, "Mäster Fritz. En svensk mystiker" (Förlagshuset Siljans Måsar).

Fritz Olofsson var en av tre akademiker som i början av 1960-talet skrev en appell till Sveriges präster, "Hälsan, tobaken och samvetet". De vädjade om att prästerna skulle avstå från tobak och därigenom föregå ungdom och menighet med gott exempel och aktivt engagera sig i kampen mot rökvanorna.

De menade att människan är enligt kristen syn förvaltare av sitt liv, även det fysiska livet. Kroppen är ett tempel för den heliga anden som alla har inom sig och som vi har fått från Gud. Kroppens funktion får inte skadas eller förvärras genom medveten förgiftning. Vidare gör tobaksbruket människan beroende av skadlig stimulans. Men som kristen får hon inte låta något utom Gud få makt över sig. Det är därför föga hedersamt, i synnerhet för en präst, att vara slav under tobakslasten.

En kristen har också ansvar för förvaltningen av sina pengar. Det är alltså orätt att ge ut pengar på det som skadar både en själv och andra, särskilt när dessa pengar kunde användas att hjälpa många människor i nöd. - Detta enligt en appell som också finns i boken.

I VISIR-aktuellt nr 3-4 2015 skrev vi om projektet Rökfri Ramadan i Järva, som syftade



Fritz Olofsson sade nej till tobak.

till att få muslimer att sluta röka för gott när de ändå inte fick röka under sommarlånga dagar under fastemånaden Ramadan. Där fanns också något citat ur koranen: "Döda inte er själva, Allah har visat er stor nåd!"

Ja, det finns nog beröringspunkter mellan olika religioner. Bättre samverka än strida.

Arne Stråby

**Stöd namninsamlingensaktionen!**

*Klassa Nikotinet som Narkotika*

Var med i opinionen för att sätt stopp för tobaksbranschens rekrytering av barn och ungdom i nikotinberoendet.

**Klassa Nikotinet som Narkotika**

**<http://upprop.nu/NUXP>**

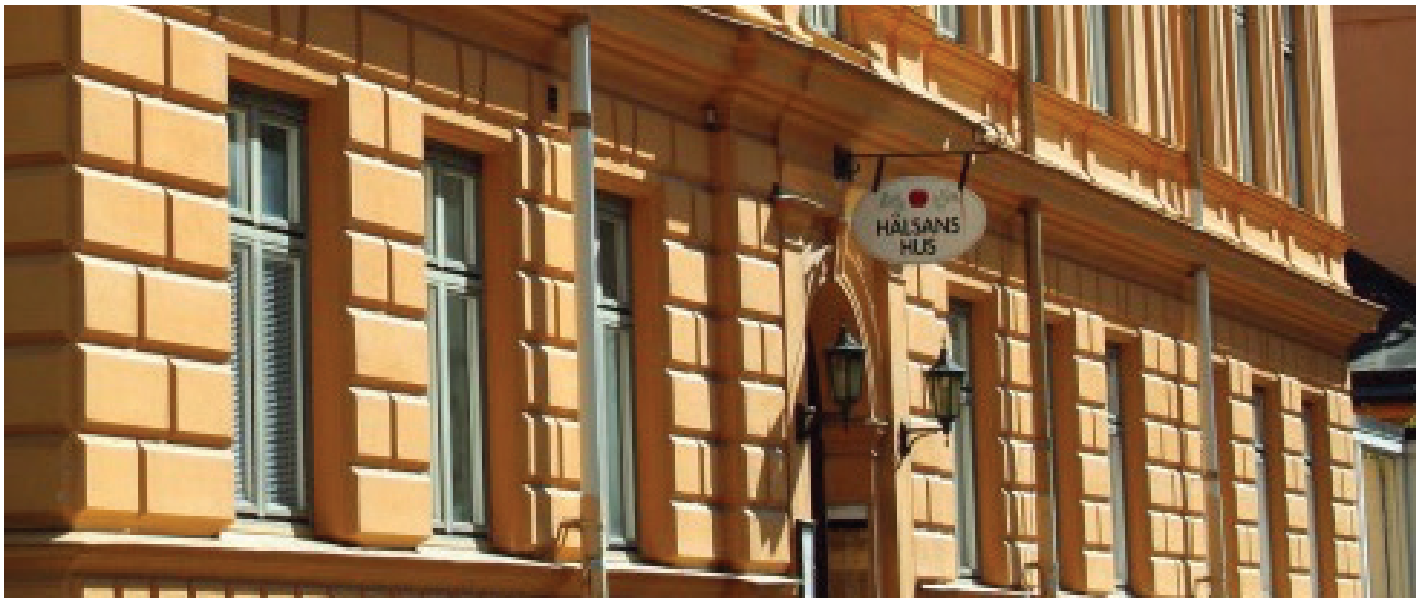
Blir medlem i VISIR pg 60 04 07 - 2 [www.visir.a.se/bli-medlem/](http://www.visir.a.se/bli-medlem/)

*Allt som VISIR byggt upp under 40 år behöver nu försvaras !*



# VISIR har haft förbundsmöte i Stockholm

Den 26 mars samlades vi till årets förbundsmöte i Hälsans Hus. Den knappa ekonomiska verkligheten gör att vi inte som förr kunde ha det någonstans ute i landet under två dagar och ofta någon utflykt eller socialt engagemang också. Men det var då det. Statsmakternas stora nedskärningar av vårt anslag gör att vi har lite kris även med en halv dags möte.



Hälsans Hus Fjällgatan 23 B Stockholm

Vi samlades dock, och Henrik Ripa och Gert Essle valdes till ordförande och sekreterare för mötet. Agneta Alderstig föredrog verksamhetsberättelsen som godkändes. Ekonomin är dålig men det kan vi inte göra så mycket åt, för vi behöver

ett kansli och en tidskrift. Revisionen var utan anmärkning och ansvarsfrihet självklar.

Agneta Alderstig omvaldes som förbundsordförande. Som övriga ledamöter i styrelsen valdes Arvid Öhlin, Stefan Nilsson, Henrik Ripa, Britt-

Marie Delander, Eva Hedström, Helena Eriksson, Gert Essle och Suzanne Bengtsson till ordinarie och som ersättare Folke Frendin och Martha Kesthely. Bo Hellgren och Dan Svensson utgör valberedningen inför nästa förbundsmöte.

Vissa mindre justeringar gjordes för medlemskategorier och avgifter. Ständigt medlemskap ska i fortsättningen kosta 1800 kr mot nu 1500. Ett förslag till ändrade stadgar antogs också av förbundsmötet. Styrelsens förslag till budget och verksamhetsplan godkändes.

Efter mötet presenterade Stefan Nilsson senaste nytt från regering och riksdag. Stefan är riksdagsman (MP) och berättade om nytt från EU och om tobaksdirektivet.



Arne Stråby



Agneta Alderstig omvaldes som förbundsordförande.



Stefan Nilsson gav oss senaste nytt från regering, riksdag och EU.



Gert Essle och Henrik Ripa utgjorde presidiet för årets förbundsmöte.

Bilder: Arne Stråby



Franciska Sieurin-Lönnqvist har avskytt rökning ända sedan hon var liten. Nu skriver hon på VISIRs sida för barn och unga. Skriv gärna till henne och berätta om dina *Mailadress: arkeobild@telia.com* *Postadress: Baldersvägen 7 182 35 Danderyd*

## Varför gör man reklam för cigaretter i affärerna?

Forskare har kommit fram till att barn som ser cigaretter och snus i affärerna kan påverkas till att börja röka och snusa. Därför borde det bli förbjudet att visa tobaksprodukter öppet.

Om barn inte ser cigaretterna så blir de inte lika nyfikna på dem. Om ett förbud införs mot att skylta med tobak så kommer inte lika många barn att börja röka.

Vi hoppas på en ny lag!

### Barnkrysset

**Ledtråd:** Bildgåtan anknyter till det som förvaras i skåpet enligt ovanstående tema.

- Priserna till de tre först öppnade rätta svaren blir Hårdrockbandet
- Tore and the Nonsmokers senaste CD som heter Kidzmetal.
- Skicka det rätta svaret till [rokaremottobak@yahoo.se](mailto:rokaremottobak@yahoo.se) eller
- Riksförbundet VISIR, Hälsans Hus, Fjällgatan 23 B,

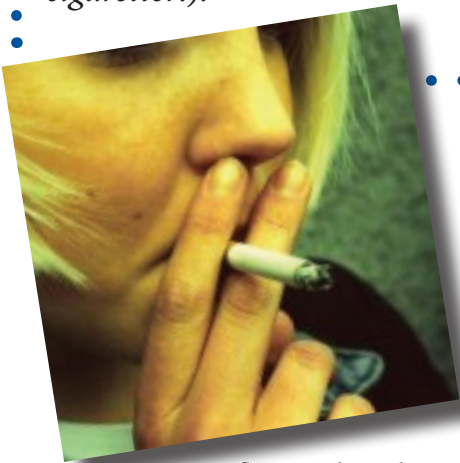
# Barnkrysset

				BARN SKA VARA		MAJ-POJKE UTMÄRKT	
				SÄNDER I NORGE			
YTTTRADE I STIA	I FRUKT-SALLAD						
		STORLEK MISSTÄNKA		PYTONORM		SLÄKTING TILL MÄNNISKAN	
	SOLNA-LAG TID				YTMÄTT		
NÄR VATTNET KOKAR					CIRKA 3		
DISSA					BATTERI		



## Har du råd att börja röka?

- Många barn och ungdomar får idag veckopeng eller månadspeng av sina föräldrar. En del får behålla hela eller del av barnbidraget eller studiebidraget. Vad går pengarna till?
- Skriv till oss och berätta vad du använder din månadspeng till! (Och då hoppas vi verkligen att det inte är cigaretter!).



De flesta rökare börjar i tonåren (foto från Tobaksfakta).

## Vad kostar det egentligen att röka idag?

Ett paket cigaretter i Sverige kostar idag cirka 60 kronor. Det betyder att om du röker ett paket cigaretter om dagen så har du gjort av med 1 800 kronor på en månad. Räcker månadspengen till det? Studiebidraget som man kan få när man går i gymnasiet är idag 1 050 kronor i månaden!

I en del länder, t.ex. Australien höjer man skatten på cigaretter varje år. Idag kostar ett paket cigaretter runt 180 kronor. År 2020 kommer ett paket att kosta cirka 270 kronor!

Snart kanske det blir likadant här. ..



## Visste du att...

- 90 % av alla som börjar röka gör det innan 18 års ålder.
- Trots att lagen om rökfria skolgårdar har funnits sedan 1994 så röks det på nästan 80 % av Sveriges skolgårdar.
- Det finns ett starkt samband mellan rökning och bruket av andra droger.
- Tobak är ofta det första steget på drogtrappan.
- Nästan hälften av de rökande ungdomarna vill sluta och många har försökt.
- Barn och ungdomar vill ha mer undervisning om tobak i skolan.

Från "Tobaksnolla.se"



## Äntligen?

En ny lag mot e-cigaretter kan införas. En 18-årsgräns kommer troligtvis att införas för att få köpa e-cigaretter från 1 juli i år. E-cigaretter innehåller också beroendeframkallande nikotin, precis som vanliga cigaretter. Många tror felaktigt att e-cigaretterna är helt ofarliga!

(A Non Smoking Generation)



Vi önskar våra läsare en skön sommar!

Gilla oss  
på facebook

www.facebook.com  
/visominteroker



VISIR Aktuell  
nr 3-4 2017

**Manusstopp  
20 oktober**

Välkommen med idéer,  
text och bilder till kansliet  
eller direkt till redaktören.

*tack*

**För alla gåvor  
stora som små!**

Alla bidrag är lika välkomna.  
**Plusgiro 60 94 07-2**  
Riksförbundet VISIR

**SLUTA-RÖKA-LINJEN**

**RING 020-84 00 00**  
www.slutarokalinjen.org

## Lösning vårkrysset 2017

					ÅR BRUK AV TOBAK	VÄTE	LANTBRUKARNAS RIKSFÖRBUND		BARRIÄR	SYRE	SPÄNN-TAMP	MIN	PARTI-SYMBOL
					O	H	Ä	L	S	O	S	A	M
						ORKA	FILIPPIN-ERNA	R	P	K+ = RIVA AVLIDA	L	I	A
UTBILD- NING- FÖRETAG	NAMNS-DAG 11/3	RADIE	NAMNS-DAG 18/11	OST-ÖST	I	FÄGEL	F	Ä	D	E	R	S	
H	E	R	M	O	D	S	STÅDA UPP PÄDDEL	R	Ö	J	KALIUM SLOSAD	K	
SKAPAR NIKOTINBER OENDE	G	FANNS 1967- 69	O	KELVIN	S	P	Ä	R	SKOGS- VÄGEN	F	Ö	R	
T	O	B	A	K	YTMÄTT HITTA	A	R	SVAVEL O+ = FALL	S	LÅTONEN KL+ = KLANG	D	O	
PRO-NOMEN	N	I	ORT I VÄRM- LAND	TENNE-SSE	F	R	A	M	T	I	D	S	
KOM = + SIG	KÄNG OR- IBLEKINGE	A	K	T	I	V	FANNS PÅ GAMLA BILAR	IRIDIUM EDER	I	R	KROCK- KUDDE	U+ = KLOCKA	
I	N	F	A	N	N	YTTRIUM	S	E	G	R	A	R	
SKRÄMA	Ä	R	R	KÄCKE ..... IFI GÄVLE	N	Y	T	R	E	JAPANSK FÖRFATTARE	I	KATOLSK PRÄST	
SMÖRJAN	T	A	L	G	A	FÖR TOBAKS FRITT	A	STAD TILLBAKA	N	O	R	A	
TOBACCO ENDGAME	T	TITTA DRICKA BIRA	S	E	HÖRN	V	R	Å	LÅG-VATTEN	E	B	B	
FENYK- SALCYLAT	R	Ö	K	F	R	I	T	T	LUGN = + O	AFTON- BLADET	A	B	
S	A	L	O	L	GUD	S	V	E	R	I	G	E	
KONDI- TORIER	B	A	G	E	R	I	E	R					
VIRVLA	Y	R	A	KVARLÄT- ENSKAP	A	R	V	MMXXV	2	0	2	5	

**Vinnare vårkrysset 2107** Grattis, dubbel trisslott till:

Anita Lindgren, Karlgårdsvägen 10, 931 62 SKELLEFTEÅ

Anita Claesson, Steglitsvägen 11 A, 227 32 LUND

Göran Åkvist, Frans G Wibergs väg 1, 291 40 KRISTIANSTAD





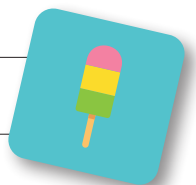
# Sommarkrysset 2017

				TIDPUNKT	DJUR	POEM	NEDÅT	BOR	YRKE	JOD	KOL	YRKE	
				VILOPLATS				TRÄD		THREE TOWNS	YTTRIUM		
				NATRIUM									
						SLÄT MOBIL					DJUR		
KEJSARE	FARS		RADIUM	ANLAG			RESISTANS		KILOVOLT IRIDIUM				
				GOLF-KLUBB			AVTA HYFS						
STAD					OÄND-LIGA		LÖSHÅR						
BUSKE POJKE			SMEK KADAVER				LEO KAM ALL-MÄNNA		BO TAK				
				SUGGA					BEA MÖRK				
VILDMARK	OKOKTA	HALT					UPPSATS PAR						
						INFINITIV- MÄRKE GULDHALT			ÄNGLA SKOG Å				
MÖT GRETA GUSTAFSSON			FÄRG										
					TRÄD		GUD DÖM		FLICKA				
STAD I AFGHANI- STAN	ANNO ASTAF			LEDIGHET LOGA-RITM									
					VERKADE								
MEST VÄGANDE							MÄKLA				BoHe		

**TÄVLING** De tre först öppnade rätta lösningarna vinner var sin dubbel trisslott med miljonchans. Posta ditt korsord med ifyllt namn och adress senast den 16 okt till kansliet eller direkt till redaktören, se sid 2. Namn på vinnarna meddelas i nästa nummer av VISIR Aktuellt. Alla som anger födelsetid, är under 26 år och har en mailadress blir VISIR-medlemmar oavsett om hon eller han löst korsordet!

Namn: \_\_\_\_\_

Adress: \_\_\_\_\_





Riksförbundet VISIR  
Hälsans Hus  
Fjällgatan 23B  
116 28 Stockholm

## TA STÄLLNING MOT TOBAKSBRUKET - BLI MEDLEM I VISIR!

Cirka 800 000 paket om dagen i snitt.

Det är försäljning av cigarettpaket i Sverige vi talar om.

Staten och tobaksbolagen tjänar en 40-50 miljoner på detta.

Bakom varje köp av ett paket cigaretter finns en rökare.

Varje dag brinner 15 miljoner cigaretter upp i giftig rök.

Varje dag hamnar 3 miljoner cigaretter på gator och torg som fimpar.

**Bli medlem i VISIR – Vi Som Inte Röker**

Betala in 180 kronor på plusgiro 60 94 07-2 (uppge namn och adress, tack och välkommen!)

Gåvor till verksamheten är alltid välkomna!

## SKRIV PÅ MOT TOBAKSAKTIER I AP-FONDERNA!

På nätet pågår en namninsamling som vänder sig mot att aktier med tobaksanknytning ingår i de statliga AP-fonderna.

Se artiklar i VISIR-aktuellt nr 3-4/2016!

Gå in på [www.upprop.nu/sxzw](http://www.upprop.nu/sxzw) och skriv in ditt namn där.

Uppmana även släkt, vänner och alla bekanta att göra det!

## SKRIV PÅ FÖR TOBAK SOM NARKOTIKA!

Sedan tidigare pågår en liknande namninsamling för kravet att tobak ska klassas som narkotika.

Samma uppmaning gäller där, gå in på [www.upprop.nu/nuxp](http://www.upprop.nu/nuxp) och skriv på!

### Riksförbundet VISIR

Vi Som Inte Röker är en ideell förening, politiskt och religiöst fristående, som är helt beroende av medlemmarnas stöd. VISIR arbetar för fler rökfria miljöer och för att ingen mot sin vilja ska utsättas för tobaksrök. Tillsammans med sina lokalföreningar bedriver VISIR ett informations- och opinionsbildande arbete runt om i landet.

### Bli medlem nu!

Årsavgift som inkluderar 4 nr av VISIR Aktuellt, huvudmedlem 180 kr, familjemedlem 30 kr, ungdom upp till 26 år 0 kr (födelsestid och e-mail adress måste anges), skolor och organisationer 300 kr.

Prenumerationspris 300:-/år. Postgiro 60 94 07-2.

### Adress

VISIR, Hälsans Hus, Fjällgatan 23 B, 116 28 Stockholm Tel. 08-591 282 11, E-post: [visir@telia.com](mailto:visir@telia.com)

Hemsida: [www.visominteroker.se](http://www.visominteroker.se)