



**Förbundsmötet i Ystad i maj blev lyckat. Inspirationen flödade bland de medverkande. Platsen**

**var väl vald av VISIR Skåne och programmet flöt perfekt**

**sid 6-7.**

**Ken har varit passiv rökare under 56 år sid 4 -5**

## Förbundsordföranden har ordet:

Maj månad har bjudit på flera positiva händelser för VISIR och dess medlemmar.

Först ber jag att, på deras vagnar, tacka Skåne-distriktet för ett välorganiserat och mycket lyckat förbundsmöte i Ytsad 7-8 maj. Mer om mötet finns att finna på sid 6-7.

Den 12 maj kom sedan det efterlängttade beskedet om att riksdagen hade bifallig regeringens proposition om rökfria serveringsställen. Det visar att medvetenheten om tobaksbrukets hälsofarlighet har slagit rot i befolkningen och slagit igenom i den högsta lagstiftande församlingen.

Märkligt nog motionerades om avslag under förevändningen av ytterligare förbud var integritetskränkande. I så fall skulle smittskyddslagstiftningen upphävas, något som alla väl inser skulle vara absurt!

Vidare har arbetet med att motverka rökdebut bland ungdomar tagit ett språng framåt genom att VISIRs styrelsemedlemarna Sven

Kinnander och Eivor Svenonius SKURT-projekt tilldelats hela 530 000 kr ur Allmänna arvsfonden. Pengarna skall användas till att producera 4 (eller flera) video program att visas för ungdomar i åldern 11-15 år under mottot ett Friskar- Starkare-.Vackrare- och Rikare Liv - endast tobaksindustrin tjänar på att du börjar röka.

De cirka 5000 rektorerna i aktuella skolor i landet skall informeras om detta. VISIR stöder projektet varmt.

Bland allt det goda, vad har vi då haft liten framgång med? Jo, arbetet med rökavvänjning. Med undantag för Sluta Röka linjens verksamhet är rökavvänjning i de flesta delar av landet ingen realitet i offentlig regi, trots mycket fagert tal om saken. Problemet är komplicerat rent biologiskt och hänger samman med allt bruk av narkotiska ämnen och preparat (inklusive alkohol), men få områden bedöms ur hälsoekonomisk synpunkt så väl vara värda att satsa på.

Vi måste fortsätta med att få våra politiker att inse detta.



**Bengt Rosengren,**  
**förbundsordförande i VISIR.**  
**e-post:bengt.rosengren@spray.se**

Med tillönskan om en skön sommar och fin semester.

Bengt Rosengren

**Han läste paketens varningstexter**  
**"Nej att sälja döden är inte av nöden**  
**hellre för jag gamla matrester"**

**Arne Stråby**



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

Utkommer med fyra nummer per år. Ansvarig utgivare: **Arne Stråby**, arne.straby@telia.com

Adressen till Riksförbundet VISIR: Hälsans Hus, Fjällgatan 23A, 116 28 Stockholm

Tel 08-591 282 11, Fax 08-556 988 88. Hemsida: www.visir.a.se E-post:visir@telia.com

Förbundsordförande: **Bengt Rosengren**, bengt.rosengren@swipnet.se

Grafisk produktion: **Asken media**, 031 eller 0708- 87 16 17 Material per post till

**Asken media**, Aminogatan 15D, 431 53 Mölndal. E-post:kjell@askenmedia.se.

Tryck:Tryckkedjan, Mölndal 2003. ISSN 0282-0617

# En nollvision för VISIR?

**Som många säkert vet har vi en nollvision för ökad trafik-säkerhet. Målsättningen är att få ner antalet trafikdöda i landet till noll. Den gäller officiellt, och man har t o m hört ansvarig minister säga att den är realistisk. Frågan är hur många som verkligen tror att just Sverige skulle undvika dödliga trafikolyckor helt, om trafiken ska fortsätta att öka som hittills.**

För arbetet mot tobaken skulle också behövas en nollvision. Men jag tror inte att rökandet kan bli noll cigaretter per år. Det vore ingen trovärdig vision.

Däremot borde det vara realistiskt med en nollvision för ofrivillig exponering för tobaksrök. Med lagstiftning om rökfria offentliga miljöer, rökfria arbetsplatser, rökfria resor med flyg, tåg och buss så har det som ofta kallas passiv rökning minskat. Snart ska vi även få rökfria restauranger, och då minskar den ytterligare.

## Hemmen

I privatlivet och hemmen är det ännu betydligt svårare att genom lagstiftning få rökfri miljö. Men där skulle det vara mest motiverat: där finns de särskilt känsliga grupperna som små barn, sjuka, allergiker och gravida kvinnor. Rökning i massmedia är ett stort problem genom att det har en stilbildande effekt. Synminnet är effektivare än hörminnet. En rökande kändis på näthinnan lagras i hjärnan och påverkar oss

alla indirekt. När TV-teatern visar en rökande kvinna tillsammans med ett barn så ger detta en viss legitimitet åt ett beteende som egentligen är helt klandervärt.

Jag tycker att man ska tala klarspråk om rökning. Att röka tillsammans med ett barn är en form av barnmisshandel. Barnets lungor är små och ännu mer känsliga för giftiga ämnen än lungor hos fullvuxna. Tobaksröken är en ganska hemsk blandning av skadliga ämnen.

Även vuxna har rätt att slippa skadlig inverkan av andras tobaksrök. En allergiker kan i svåra fall få akut astmaanfall om någon röker i närheten. Det syns aldrig utanpå om det kan finnas någon så känslig person i en grupp människor. Därför måste ofrivillig exponering för tobaksrök upphöra.

## Röken sprids

Tobaksrök sprids alltid i luften så fort den har bildats. Därför fungerar det inte så bra med att vissa bord på en restaurang är rökfria. En "rökhörna" är otillräcklig i en offentlig lokal. I hemmet är det otillräckligt om barnens rum är rökfria, och rökning under köksflakten är också otillräckligt.

En nollvision för ofrivillig påverkan av tobaksrök är därför angelägen men inte orealistisk. Om alla hjälps åt att ändra ett beteende så kan det ändras, även om det är invant hos många. Den som känner behov av att gå på toaletten drar sig undan enskilt, det

skulle störa andra om han inte gjorde det. På samma sätt borde rökaren kunna förmås att dra sig undan till en plats där ingen störs, när han eller hon känner behov av att röka.

En sådan nollvision förutsätter att alla inser vikten av detta och samarbetar. Det gäller inte minst föräldrarna, eftersom deras egna barn blir försvarslösa offer om de inte uppfyller sin plikt att ge sina barn en rökfri miljö. Det behövs för en god start i livet.

Arne Stråby



## Dikt skriven på Förbundsmötet

Förbundet styrs av bara män: Bengt, Göran, Arne, Claes och Sven.

Kvinnorna får nöja sig som suppleanter som vore de blott auskultanter.

Valberedningen bör vara mer av kvinnors vän.

Mötet organiserat var av skåningar och uppfyllde väl våra förväntningar. Vi lärde mycket av en farmakolog och fångslades sen av en duktig psykolog. Av Ystads-mötet har vi blott ljusa erinringar.

*Sven Kinnander*

**SLUTA-RÖKA-LINJEN**



**RING 020-84 00 00**

Cancerfonden, Folkhälsoinstitutet, Hjärt-Lungfonden, Apoteket AB och Centrum för Tobaksprevention

# Ken har varit pass

**Han har aldrig tagit ett bloss. Men under alla sina 56 år vistats i rökiga miljöer. Nu skriver han själv om sina år som passiv rökare.**

Det är dumt att inte tvivla, sa den kloke och saknade Tage Danielsson, han som förresten själv var med och gjorde en film med rökning som tema på 70-talet, "Mannen som slutade röka."

Vid dryga 50+ – när reflexerna över det liv som varit oftare gör sig påminda – kan jag nu grubbla över frågan: Har jag, som aldrig dragit ett bloss, nänsin varit rökfri? Hur mycket nikotingifter finns det i min kropp – trots att jag i min ungdom stålsatte mig att aldrig umgås med tobak?

Det var en oerhörd kamp – i realskolan där flickor och pojkar (mest pojkar) trängdes som boskap i ett källarutrymme för att i smyg dra sina halsbloss, i lumpen där kommandot "rast, vila!" i fält var identiskt med rökpaus.

Jag vann den och har hållit stånd sedan dess. Mitt starkaste motiv att aldrig dra det första blosset var att jag spelade fotboll och handboll. Jag tränade hårt, drömde om en elitkarriär och ville inte riskera all den möda och svett jag offrade för att kroppen skulle bli starkare. Men belönades jag med en nikotinbefriad kropp för det? Sannolikt inte.

Sunt förnuft säger mig att jag måste ha lidit skada (det börjar

märkas på slemhinnorna i halssenen och bröstet, en amatöranalys men ändå).

Mitt föräldrahem var impregnerat av rök; far var kroppsarbetare – och kedjerökare. Jag hörde honom ibland – nattetid !!! – rassla med tändstickorna. Han bolmade i sängen, bara en sän sak!

Mor, som städade polislokaler om nätterna för att dryga ut den magra hushållskassan i slutet på 40- och början på 50-talet, hade rökt sedan 16-årsåldern. Hon rökte alldeles för mycket, alldeles för ofta.

Det enda som begränsade omfattningen under min uppväxt var arbetarklassens ekonomiska villkor på den tiden – det fanns sällan råd att köpa en hel ask cigaretter. När jag, då och då, skickades som bud kunde beställningen gälla "två lösa Boy."

Så kom jag till Aftonbladets centralredaktion i Klara i slutet på 60-talet – rena rama gaskammaren. Under dygnets alla timmar – på en kvällstidning pågår produkten oavbrutet – var askkopporna till bredden fyllda. Rökmonster till redigerare stod lutade över ens axel och blåste ohämmat ut sina gifter.

På krogen, i flygplanen, i idrottsmäns omklädningsrum röktes det och jag var där, ofta. En mindre paus fick jag i mitt passiva rökliv när jag träffade Maud. Hon rökte inte. Samtidigt började ett försiktigt uppvaknande i samhället – det var kanske inte så bra att tillåta

rökning överallt...!

Men när jag träffade min nya och ännu bestående kärlek, Marina, gjorde rökningen ännu en gång entré i min dagliga tillvaro.

Marina hade, berättade hon, hållit upp i sjutton år men en privat händelse en tid innan hon träffade mig hade lurat henne att börja igen. Hon tänkte "bara ta några bloss", som tröst, men var obevekligt fast i ett nytt beroende. Det har hon varit fram till min födelsedag i december i fjol, då klippte hon av i samband med obehagliga känslor i bröstet.

Min insats var ringa; mina uppmaningar om att "lägga av", mina pedagogiska utläggningar om varför det är oklokt, och onödigt dyrt, att röka hade klingat så ohörda att jag insåg att det inte längre lönade sig. Drivkraften att sluta måste komma inifrån.

Övertygad om att mina misstankar om att min kropp tagit skada av all passiv rökning jag fått utstå – under uppväxten, i det egna hemmet, på arbetsplatser och i offentliga miljöer – blev jag när jag nyligen läste distriktssköterskan och folkhälsovetaren AnnaKarin Johanssons doktorsavhandling vid Linköpings universitet. Hennes undersökning visar att barn till rökare har nikotin i kroppen även om föräldrarna röker utomhus med stängd dörr. De barn som hade rökande föräldrar hade omkring femton gånger högre halter av cotininhalten (en nedbrytningsprodukt av

# 56-årig rökare i 56 år!



**Bilden på Ken Olofsson är tagen nyligen utanför en skola i Skåne. Trots ett intensivt arbete av VISIR's skånedistrikt finns det fortfarande ungdomar som röker. Ken har aldrig rökt.**

**Foto Pierre Mens**

nikotin) som ickerökarnas barn. Svart på vitt alltså. Jag behöver inte tvivla längre. Jag vill inte skuldbelägga mina föräldrar, arbetskamrater och det samhälle som förgiftat mig, man visste väl inte bättre när skadan skedde.

Det jag kan känna är en smula stolthet över att jag aldrig fallit för en dum frestelse. Det moderna samhället har givit

individerna en fantastisk valfrihet. Men vi underskattar ofta hur pass krävande det är att välja. Och hur viktigt det är.

Ken Olofsson

**Ken Olofsson, 56 år, är journalist och bor i Stockholm. Han har arbetat för bl a Arbetet i Malmö, Femina och Aftonbladet (18 år) i Stockholm. Sedan 1987 regelbunden medarbetare i Sveriges Television, i nyhets- samhälls- och sportprogram. Skriver därutöver artiklar och böcker.**

## Hjärnmekanismer och psykologi i föredragen

**Som brukligt är hade förbundsmötet inte bara förhandlingar med verksamhetsplan, val och ekonomi. Vi hade också två föredrag av inbjudna föreläsare.**

Christer Alling vid universitetet i Lund talade under rubriken "Beroendemekanismer i hjärnan". Det var ett vetenskapligt föredrag på hög nivå och berörde olika droger som heroin, morfin, cannabis, alkohol - och nikotin.

Som en nyhet presenterade Alling att ett universitet i USA (Cincinnati) meddelat att man tagit fram en tablett som kan blockera vissa receptorer i hjärnan. Ribonabant anses kunna ge väsentligt ökade möjligheter att sluta röka, och den sägs samtidigt kunna ge en viss viktminskning hos överviktiga. Detta kan vara intressant, eftersom viktökning är ganska vanligt vid rökstopp. En avrapportering om denna tablett väntas nästa år.

Psykologen Bertil Björkman talade om personlighetspsykologi och tobak. Han menade bland annat att en chef ska vara som en regissör och få folk att spela de roller som de är bäst på.



**CHRISTER ALLING** professor vid Farmakologiska Institutionen vid universitetet i Lund pratade om beroendemekanismer i hjärnan och visade bilder.



Den kände psykologen **Bertil Björkman** höll ett intressant föredrag om personlighetspsykologi och Tobak innan avslutningen på lördagen. VISIR's vice ordförande **Göran Löfroth** visade sin uppskattning tillsammans med alla andra närvarande.

Björkman menade att de ord som en person gärna använder eller attraheras av säger en hel del om personen. Vissa människor hör ihop med ord som säkerhet, trygghet och garanti. En annan grupp kan kopplas till ord som grupp, samarbete, team m fl. En tredje grupp talar gärna om dynamik, kreativitet och nytänkande.

Rökvanorna skiljer sig mellan dessa grupper. Inte helt oväntat är det den första gruppen som röker minst och den tredje som röker mest. Mellan människor i olika länder finns också skillnader i attityder som kan kopplas till orden, t ex att vi i Sverige har en större tillhörighet till den första gruppen än i USA, där den tredje gruppen är lite mer vanlig.

Arne Stråby



Det finns flera enkla hjälpmedel för dom lokala föreningarna att använda sig av i sin kamp mot tobaken. Tejp, pennor och knappor med texten Tobak eller Hälsa. Foldern Våga säga rökfritt med inbetalningskort är ett annat bra sätt om du vill värva medlemmar till VISIR



**GUNNAR KARLSSON** är en aktiv VISIR'-are i Dalarna och en flitig skrivare av insändare i den lokala tidningen.

Tobak och alkohol är en form av aktiv dödshjälp, löd rubriken till en av Gunnars insändare för några år sedan.

- Det gör ont i mig när jag ser unga personer gå med en cigarett i munnen, säger han. Börja aldrig röka då har ni gjort en sak i livet som ni aldrig behöver ångra.

## Förbundsmötet i Ystad

**Siv Malmberg** med sina VISIR kollegor i Skånedistriktet överträffade medlemmarnas förväntningar på organiseringen av förbundsmötet. Nicklas Folkesson, konferensansvarig på Sveriges äldsta hotel Continental i Ystad hjälpte till.



**GUNNAR EDGREN** VISIR Stockholm valdes till ordförande på Förbundsmötet. En uppgift han skötte med glans.



**INKA HJELMSTRÖM** har jobbat för VISIR över 20 år. Nu som pensionär fortsätter hon hjälpa andra att sluta röka.



- Under min tid som ungdomskonsulent fick jag åka på en WHO-konferens i Venedig, där jag och Eva Bergström berättade om En Rökfri Generation och projektet Rökfri skola vilket var två framgångsrika projekt. Jag fick också chansen att åka till Nigeria tillsammans med Landsorganisationen Sveriges Ungdomsorganisation (LSU). Där fick jag studera Tobak i U-land vilken var en skrämmande upplevelse för mig.

Lisa Ryden gjorde ett uttalande under Förbundsmötet; Jag blir medlem i VISIR med omedelbar verkan och lovar samtidigt att hjälpa till med hemsidan.



**INGRID REHNBERG SVENSSO**, Mariestad i samspråk med **ULLA PALMGREN** och **RAGNHILD BERGLUND**, tre duktiga "klippor" i VISIR.

## NYgammal medlem.

**LISA RYDEN**, numera distriktsläkare i allmän medicin, gick 1973 med i VISIR Stockholms ungdomsförening. Hon är allergisk mot tobak och det har hänt att hon svimmat av. När ungdomsföreningen blev En rökfri generation 1984 blev hon den första och enda ungdomskonsulenten.

**RESTAURANGANSTÄLLDA** gravida kvinnor tvingas arbeta i rökig miljö. Vem tar ansvar för dessa fosters passiva rökning? Är det inte ett arbetsgivaransvar? Kan dessa kvinnor få hjälp av skyddsombud eller fackliga företrädare för att få en lämplig arbetsmiljö? Viktigt är också att de flesta rökfria lunchrestauranger även används kvällstid då rökning är tillåten. Blir de lämpliga arbetsmiljöer för dessa gravida? Goda synpunkter framföra på Förbundsmötet av tv.v. Lena Modig VISIR Falun och Kerstin Ejstes.



## Rökfritt på Malmös uteserveringar?

**Hälften av borden på Malmös 220 uteserveringar bör vara rökfria. Det beslutade kommunens miljönämnd när en ny policy för rökning antogs. Malmö går därmed ett steg längre än regeringen som gör undantag för uteserveringar i sin proposition om rökförbud på alla krogar, barer, kaféer och andra serveringar från 1 juni 2005.**

De rökfria platserna i Malmö ska vara tydligt markerade och rökning utomhus ska heller inte vara tillåten intill restaurangernas entréer.

I staden New York får rökning på uteserveringar bara förekomma på högst 25 procent av platserna, och inte alls om serveringen har ett tak.

- Vi har fattat beslut om riktlinjer som kan fungera som ett stöd i förberedelserna inför ett nationellt rökförbud 2005 och som våra miljöinspektörer kan jobba utifrån, säger miljönämndens ordförande Carina Nilsson (s) till tobaksfakta. Restaurangägare som vill införa rökfria miljöer fortast möjligt stöds av de nya riktlinjerna.

För att genomföra beslutet krävs fortfarande endast frivilliga överenskommelser som miljöinspektörerna kan verka för.

Idén till förslaget att också uteserveringar, i varje fall delvis, bör vara rökfria lanserades av miljöinspektör Åsa Thorné, som säger:

- Jag tycker det är självklart att även astmatiker, allergiker och barn ska kunna sitta på en uteservering och äta och dricka.

Åsa Thorné hoppas att ägarna till många av uteserveringarna ska följa kommunens riktlinjer redan till sommaren 2004.

I riktlinjerna ingår också att se till att alla serveringar inför rökförbud vid hälften av borden även inomhus så fort som möjligt.

- Det är en bra policy inför det fullständiga rökförbud, som troligen kommer från 1

juni 2005. Våra inspektioner har visat att en del krogar ännu inte rättat sig efter tobakslagens nu gällande bestämmelse om att alla serveringar ska ha områden där rökförbud råder. Före 2003 var ställen med mindre än 50 platser undantagna.

Avvikelser från Malmös riktlinjer om 50 procent rökfria bord på uteserveringarna leder inte till straffpåföljd. Kommuner kan inte införa sådana bestämmelser. - De kan besluta om riktlinjer, projekt eller handlingsplaner för att ta ställning i frågor av allmänt intresse och påverka utvecklingen, säger kammarrättsassessor Eva Bjurman vid enheten för kommunal lagstiftning på finansdepartementet.

Det är annorlunda i USA och Kanada där regeringarna i delstater och provinser delegerat rätten till kommunerna att fatta beslut om t ex rökförbud i offentliga lokaler och på arbetsplatser, något som även omfattar serveringar.

Hundratals kommuner i Nordamerika har nu sådan bestämmelser. De kan också besluta om sanktioner mot dem som bryter mot bestämmelserna. 25 februari 2004.

Nyhetsutskick från Carl-Olof Rydén [c-o.ryden@telia.com]

## Cancerutvecklingen i Sverige

År 2002 diagnostiserades 46.749 tumörer bland folkbokförda i Sverige (24.142 hos män och 22.607 hos kvinnor). Vilket är en ökning med drygt 300 tumörer mot året innan. Den 31 december 2002 levde knappt 330.000 personer som någon gång fått en cancerdiagnos, en ökning med drygt 9.000 jämfört med förra årets statistik.

Lungcancer liksom flera andra rökrelaterade cancersjukdomar (urinvägar och stämbandsslemhinna) fortsätter att öka hos kvinnor och minska hos män. Prostatacancer däremot är på samma nivå som de senaste tre åren.

**I FYRA ÅR** har en grupp forskare från England och USA i hemlighet kartlagt hur den brittiska tobaksjätten BAT, British American Tobacco, övervakat och försvårat sökningar i bolagets dokumentarkiv.

Arkivet innehåller cirka 7 000 tidigare hemliga dokument på flera miljoner sidor som är offentliga handlingar efter ett domstolsbeslut i Minnesota. Beslutet om detta fattades i en rättegång 1994-1998 mellan delstaten Minnesota och de största i USA verksamma tobaksbolagen.

Delstaten krävde ersättning av bolagen för de extra vårdkostnader som sjukdomar vållade av rökning medfört. Domstolen bestämde att de handlingar som fanns i bolagens arkiv och som hade betydelse för rättegången skulle offentliggöras och förbli offentliga i tio år.

Ett särskilt arkiv för dokumenten inrättades i Minnesota, the Minnesota Tobacco Document Depository, som etablerades den 7 november 1995. De dokument som kom från BAT tilläts bli kvar i bolagets arkiv i staden Guildford strax utanför London, men skulle där hållas fullt tillgängliga.

De forskare som ville granska arkivet i Guildford mötte genast svårigheter och upptäckte att dokument försvann, att känsliga uppgifter ändrats, att de själva övervakades och deras sökvägar kartlades. Öppetiden begränsades till sex timmar, mot tio timmar i Minnesota-arkivet. Antalet personer som fick forska samtidigt begränsades. Forskarna övervakades med videokameror. Det kunde dröja ett år innan beställningar av kopior gav resultat och krav på att få dokument i elektronisk form vägrades. Indexeringen av dokumenten var knäpphändig och otidlig.

Källa: London School of Hygiene and Tropical Medicine, 27 maj 2004.

Det finns en rad arkiv tillgängliga på nätet med tobaksdokument som offentliggjorts.

## VIKTIGA LÄNKAR!

<http://www.smokefreecoalition.org/truth/documents/>

Brittiska Action on Smoking and Health med en omfattande Översikt

<http://ash.org.uk/html/links/documentlinks.php> tobacco.org, sida med information om tobaksdokument och adresser till dem

<http://www.tobacco.org/resources/documents/secretdocuments.html>

[www.tobaksfakta.org/tobaksfakta](http://www.tobaksfakta.org/tobaksfakta)

Långtidstrenden för att drabbas av malignt melanom och övrig hudcancer fortsätter att öka.



## Några pionjärer har lämnat oss

Vid VISIR:s förbundsöbete hölls en parentation, dvs några minnesord öber några som lämnat oss för alltid. Att vår förste förbundsordförande Hans von Holst har avlidit framgick av förra numret av VISIR-aktuellt. Några andra uppmärksammades också vid mötet.

**Lars-Erik Behm**, Visby, var vår förbunds-kassör fram till sommaren förra året, då han avled efter bara en kort tids sjukdom, 80 år gammal. Från början var han jämtlänning och hade affär. Sedan arbetade han en del politiskt som ombudsman, först i Jämtland men sedan på Gotland. Han var med och byggde upp VISIR på Gotland och arbetade en del i nätverk för att engagera även andra föreningar för rökfri miljö. Han var socialt utåtriktad, och handikappfrågor låg honom varmt om hjärtat. Inom VISIR:s förbundsstyrelse saknar vi honom, han var en duktig kassör och en engagerad medmänniska.

**Conny Nyberg** tillhörde styrelsen i VISIR Stockholm i många år. Han var mycket uppskattad där för sina fyndiga förslag. Med sin fru Doris var han med på årsmötet nu i slutet av mars, pigg och med glimten i ögat som all-

tid. Trots sina 85 år ställde han upp till omval. Men bara några veckor senare lämnade han oss för alltid. Conny var i sitt yrkesliv civilanställd inom försvaret. Han kom med tidigt i Visir, och han ledde kurser i rökavvänjning under många år. Han höll även kurser i självförsvar för kvinnor.

**Rolf Caldenius** var ingenjör och arbetade länge vid Televerket. Han propagerade för rökfri miljö där, eftersom han mätte dåligt av arbetskamraters rökning och även besvärades av luftföroreningar från ett garage där han arbetade. Han var med i VISIR och ingick någon tid i Stockholmsföreningens styrelse. Hos Televerket hade han svårt att få gehör, och till slut blev det sjukpension. Det är rätt länge sedan nu. Rolf avled i april och blev 77 år gammal.

**Berth Nordlund** i Orsa var en entusiast som jag mötte inom VISIR redan 1975. Han var fotograf och hade fotoaffär, och han spelade fiol och var intresserad av folkmusik och dialekter. I arbetet mot tobaken tog han fram informationsmaterial och sålde. Han hade dekaler, vykort, tröjor och mycket annat. För VISIR i Dalarna betydde hans arbete där mycket. Tyvärr var han sjuklig på senare år. Berth avled i mars, 72 år gammal.

Vid parentationen nämndes även Arne Sjöberg, även om det inte var nyligen som han avled. Som framgick av VISIR-aktuellt nr 2/2003 testamenterade han en del av sin kvarlätskap till VISIR, vilket betyder mycket för en ideell förening.



**Berth Nordlund var uttröttlig när det gällde att föra ut VISIR:s budskap och material. Bild Arne Stråby.**

Vi känner tacksamhet mot dessa som lämnat oss och hoppas att det tomrum de lämnar fylls av andra.

Arne Stråby

## Rökfritt på krogen - bra för alla

**Det gamla kravet på rökfria restauranger har äntligen beslutats av riksdagen. Det träder visserligen inte i kraft förrän om ett år, men nedräkningen har börjat. Det känns skönt, särskilt för oss i VISIR.**

Hotell- och restaurangföretagarna (SHR) har hela tiden motarbetat förslaget. SHR:s verkställande direktör Mats Hulth har sett mycket i svart och trott att gästerna ska bli färre.

Men nu har SHR själva låtit genomföra en undersökning som tyder på motsatsen. Man har låtit Temo göra den, och den visar att av 1000 tillfrågade personer kommer (enligt vad de nu tror) efter förbudets genomförande

- 64 % att gå på restaurang ungefär som nu

- 28 % att gå oftare

- 6 % att gå mera sällan

Resultaten visar att det särskilt är gruppen kvinnor och gruppen yngre (16-29 år)

som tror att de kommer att gå oftare på restaurang när det blir rökfritt där.

Mats Hulth har kommenterat resultatet med att han hoppas att siffrorna stämmer men vill inte dra för långtgående slutsatser. Han medger dock att hans kollegor på Irland inte känner sig oroade efter det



rökförbud som har införts där.

Från New York rapporteras att en markant minskning av rökningen där har ägt rum. Andelen vuxna rökare minskade

från 2002 till 2003 från 21,6 till 19,3 procent. Det motsvarar en minskning med 11 procent av antalet rökare, eller 100 000. Samtidigt har konsumtionen av cigaretter minskat 13 procent. Orsakerna är kraftiga skatthöjningar och rökförbudet på alla slags serveringar sedan april 2003.

Från Storbritannien meddelas vidare att forskare vid Imperial College har beräknat att ca 50 anställda i hotell- och restaurangbranschen årligen dör i sjukdomar orsakade av passiv rökning. Man har även med samma metod beräknat antalet dödsoffer för passiv rökning på arbetsplatser till 700 och i hemmen hela 3600 i Storbritannien. '

Det är uppenbart att landet behöver rökfria arbetsplatser, restauranger och övriga. I Sverige har vi redan lagstiftning om rökfritt på jobbet, så motsvarande siffra är säkert mycket lägre här. Hemmen vet vi inte så mycket om. Men uppmärksamheten här på riskerna med passiv rökning borde i alla fall ha satt några spår - hos ansvars-kännande föräldrar.

Arne Stråby

Artikelfakta: [www.tobaksfakta.org](http://www.tobaksfakta.org)

## Vi kämpar fortfarande för den självklara rätten till en rökfri miljö Gun skriver om sina år i VISIR Motala

Min mor dog i lungcancer 1972 och det blev ett mycket plågsamt minne. Jag arbetade på lasarettet i Motala (LiM) under den här tiden och där var det tillåtet med rökning i stort sett överallt utom i operationsrummen och på intensivvårdssavdelningen. Därför gick jag med i VISIR för att om möjligt stävja rökovanna. Själv rökte jag inte utan ansåg att man hade rätt till ett rökfritt arbetsrum. Det blev början till ett långvarigt och mödosamt arbete.

1978 kom Valentin Sevélus till Motala och hjälpte oss att starta en lokal-förening. Det blev början till en entusiastisk era för oss i den lilla staden vid Vättern. Vi var några hoppfulla personer med dr Barbro Beck-Friis i spetsen som till en början arbetade med att få sjukhuset i Motala rökfritt. Barbro påverkade landstingsstyrelsen på sitt håll och undertecknad skrev artiklar och arbetade med rökavvänjning. Skolor och arbetsplatser fick besök och några företag ville ha vår hjälp med rökavvänjningskurser. Folkets Hus fick både besök och information, då vi ville ha rökfritt i foajén. Det blev tio arbetsamma år, men 1990 fick jag landstingets första miljöstipendium och passade på att dela ut information om tobakens skadeverkningar till alla partiets gruppledare efter mitt tacktal. Strax därefter blev äntligen sjukhusen rökfria i vårt län!

Ett steg på vägen var taget men mycket återstod. Under de åtta år från 1980 – 1988 som jag satt i förbundsstyrelsen under ledning av ordförande Jan Pontén hann mycket hända. Främst kommer jag ihåg kampanjen ”Våra barns rätt till rökfri miljö”. Det blev mycket artiklar och skrivelser i pressen från oss medlemmar och vi ifrågasatte rökning på daghem, fritids och skolor. Det gav verkan mer och mer. Människor började få upp ögonen för tobakens skadeverkningar. Birgit Ekblom, Örebro, Inka Hjelmström och Solweig Lindström i Skåne var några av kvinnorna i förbundsstyrelsen och mycket aktiva på sina hemorter. Vi blev också goda vänner liksom med underbara Ragnhild på kansliet.

Ett speciellt minne är från en dag på Patologiska institutionen i Uppsala där professor Jan Pontén var chef. Det var



**Gun Jareblad Föreningen VISIR i Motala deltog i förbundsmötet i Ystad i maj. Bilden är tagen i matsalen på det nästan rökfria hotellet. Grabben i bakgrunden är garanterat rökfri.**

Öppet Hus och vi hade också förbundsstyrelsemöte och riksmöte inlagt samtidigt. På institutionen fanns en obducerad rökarlunga i ett av utställningsrummen och det luktade rök av denna lunga i hela rummet! Det var många som vände fort i dörren. På söndagen under riksmötet hände det en sak som inte heller kan glömmas. Det var då det smittade avfallet från Tjernobyl regnade ned över stan. Som tur var satt vi inomhus denna aprildag men ändå!

För att återgå till Motala så är frukost- och lunchmatsalen på First Hotell Statt rökfria sedan flera år tillbaka. Hotellchefen har varit mycket förstående och det har fungerat bra. Jag har delat ut skyltar med rökfritt. Av hotellets rum är 78 rökfria och 7 rökfria! Natklubben är dock ännu inte rökfri. Där väntar man på lagen.

Tack vare intensiv bearbetning både från VISIR och andra organisationer mot rökning kom Tobakslagen till. Nu blir även den sista instansen – krogarna – rökfria enligt den nya lagen (får vi hoppas!).

Det är på tiden, då det är där de nya unga ”feströkarna” värvas. Till slut har regeringen insett att folkhälsan är ett stort problem i dagens samhälle. Tänk om de hade insett det redan för minst tio år sedan, då hade mycket kunnat vinnas!

I 30 år har en ideell folkrörelse som VISIR fått kämpa för människors självklara rätt till rökfri luft. Det har vi gjort bra och det är inte slut än. Själv är jag fortfarande ute i skolorna och informerar sjunde- och åttondeklasser om självkänsla, livskvalitet och fräschhet och att man måste ta ansvar för sin egen hälsa tidigt i livet. Skolorna här har börjat med livsstilsveckor och då är det kost, motion, alkohol och rökning som är grundtemat hela denna vecka. Ett utmärkt initiativ av rektorerna som borde bli obligatoriskt i hela vårt land.

Gun Jareblad  
 Föreningen VISIR i Motala

## Hur går det för Angelica?

**För ett halvår sedan hon slutade röka på en impuls från VISIR och en artikel i Amelia. Nu skriver hon själv hur det känns.**

“ Ja, helt plötsligt har fem månader gått... och jag är fortfarande rökfri! När jag hade hållt upp i ca tre månader hade jag en riktig kris. Det var verkligen j obbigt. Jag kände mig rastlös och tom på något sätt. Dag ut och dag in.. Trodde inte att jag skulle kunna orka hålla ut men det gjorde jag. Det gäller att ta sig ur kriserna och frestelserna. Inte falla så lätt.

Det finns givetvis positiva bitar i “eländet” också. Jag orkar mer fysiskt och blir inte lika andfådd. Mina kläder håller sig fräscha och jag slipper gå runt och stinka! Ekonomiskt har det blivit en avsevärd förändring. Jag har 1200 kr mer i månaden att leva för. Förr rökte jag upp samma summa.

### Skurt jobbar för VISIR på film!

Riksförbundet kommer att samarbeta med företaget Atlasvision i Malmö och producera ett videoprogram avsett för skolornas tobaksundervisning. Avsikten är att göra en serie avsnitt med en sammanlagd speltid på en timma. Vi kommer att göra två versioner - en för barn upp till 11 år och en för yngre tonåringar. I den barnsligare versionen kommer grodan Skurt att agera bl.a. som intervjuare. Denna version kan också komma att visas i TV 3. Vi hoppas kunna vara klara att erbjuda skolorna programmet till höstterminen 2004. Förbundet har fått ett anslag i halvmiljonsklassen för detta projekt från Allmänna Arvsfonden.

Sven Kinnander & Eivor Svenonius



När jag har folk runt omkring mig som röker så känner jag på två sätt. En känsla av saknad men samtidigt en känsla av lättnad och stolthet, jag trodde aldrig att jag skulle lyckas sluta.

Just nu känns det helt okey. Jag skall fixa detta och hålla ut så länge det behövs. Tack VISIR och Amelia”.

Angeliqa Hansson



- Är det sant att mitt sparkapital kan växa fast jag ger bort en del till de som behöver pengarna bättre?

- Humanfonden?

**BANCO**

i samarbete med riksförbundet visir.  
www.banco.se · 0200-23 53 00

Aktiemarknaden går både upp och ner och historisk avkastning är ingen garanti för framtida avkastning. Pengar som placeras i fonder kan både öka och minska i värde och det är inte säkert att du får tillbaka hela det investerade beloppet.

**Nät**verket för

**Tobaksprevention**

VISIR, tfn 08-591 28 211,

E-post:visir@telia.com www.visir.a.se

Cancerfonden, tfn 08-744 10 00,

www.cancerfonden.se

Hjärt-Lungfonden, tfn 08-566 242 00,

www.hjart-lungfonden.se

En Rökfri Generation, tfn 08-10 93 00,

www.nonsmoking.se

Läkare mot tobak, tfn 08-677 10 90

Lärare mot tobak, tfn 08-677 10 90,

www.teachersagainsttobacco.org

Sjuksköterskor mot tobak, tfn 08-677 10 90

Stiftelsen Laryngfonden, tfn 08-655 40 01

Farmaci mot tobak, tfn 08-677 10 90

## Göran Boëthius dubbelt belönad

**Lungläkaren och docenten Göran Boëthius, Östersund, blev inför den tobaksfria dagen den 31 maj belönad av Världshälsoorganisationen, WHO, med World No Tobacco Day Award.**

WHO säger i sin motivering att doktor Boëthius är en av de ledande företrädarna för de ideella organisationernas tobaksförebyggande arbete i Sverige. Genom hans hängivna och hårda arbete under de senaste 15 åren har han verksamt bidragit till utvecklingen av rökfria normer i Sverige, ett av Europas ledande länder på det tobaksförebyggande området. Priset från WHO är en värdefull statyett.

Ett år tidigare, i juni 2003 fick Göran Boëthius Konungens förtjänstmedalj i 8:e storleken med Serafimerordens band för bety-

delsefulla insatser för tobakspreventionen.

Det var i början av 1990-talet som yrkesföreningar mot tobak växte fram. Först av dem var Läkare mot Tobak, som Göran Boëthius var med och bildade. Han har även en ledande roll inom det svenska nätverket för tobaksprevention, där VISIR också ingår.

Bland tidigare mottagare av WHO:s pris kan nämnas Margaretha Haglund och Paul Nordgren, (vid Statens folkhälsoinstitut), som 1995 belönades för sina insatser för rökfria miljöer.

Det är flera personer eller organisationer som årligen får detta pris. Förutom Göran Boëthius går det nu bland andra till



**Göran Boëthius vid en träff inom Nätverket för tobaksprevention.**

Foto Arne Stråby

Irlands hälsominister Micheál Martin som tog initiativet till rökförbud på Irlands alla serveringar, och läkaren Olli Simonen från Finland för hans arbete för lagstiftning mot tobak.

Arne Stråby

**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 läns- och lokalföreningar bedriver VISIR ett informations- och opinionsbildande arbete runt om i landet.**

**BLI MEDLEM NU!** Årsavgift, som inkluderar 4 nr av VISIR Aktuellt, huvudmedlem 150 kr, familjemedlem 30 kr, ungdom upp till 25 år 50 kr, skolor och organisationer 300 kr. Postgiro 60 94 07-2.

**Adress: VISIR, Hälsans Hus, Fjällgatan 23 A, 116 28 Stockholm.**

**Tel 08-591 282 11, Fax 08- 556 98 888.**

**E-post:visir@telia.com Hemsida: www.visir.a.se**