

# VISIRaktuellt

Medlemstidning för Riksförbundet VISIR | NR 3 2024

Marie-Louise's  
**krönika**

Explosionsartad  
**ökning av vitt snus**

Nästa nummer av VISIR Aktuellt kommer i november

nr 3 2024

# INNEHÅLL

---

3 / Ordförande har ordet

4 / Många sjukhus ger oss dubbla budskap

5 / Dags att ändra tobakslagstiftningen!

6-8 / Explosionsartad ökning av ungdomars användning av vitt snus

9 / Brev till riksdagspolitiker

10-11 / Marie-Louise's krönika



**VISIR**aktuellt- medlemstidning för Riksförbundet VISIR

**Ansvarig utgivare** Agneta Alderstig  
**Layout** Maria Henriksson  
**Tryck** Exakta printing ISSN 0282-0617  
**Utkommer** Tre nr per år varav ett är ett dubbelnummer

Omslag bild: Pixaby



1974-2024

**VISIR**  
VI SOM INTE RÖKER

# Ordförande har ordet

Välkomna tillbaka efter en förhoppningsvis skön och trevlig sommar. Hösten har gjort sitt intåg och min önskan är att vi får flera varma och soliga dagar. Hösten innebär också mycket arbete i VISIR såsom verksamhetsplanering för 2025, ansökningsförfarande om bidrag från Folkhälsomyndigheten, seminarier, styrelsemöten och möten med samarbetspartners.

Tobaksfria veckan vecka 47 har temat "Skydda barn och unga från tobaksindustrins påverkan". Veckan syftar till att uppmärksamma vikten av att förebygga tobaks- och nikotinbruk. För att få stöd i arbetet att lyfta nikotin- och tobaksberoende har Tobaksfakta samlat material som kan användas, se [www.tobaksfakta.se](http://www.tobaksfakta.se)

I september kommer styrelsen att ha en planeringsdag denna gång förlagd till Göteborg. Vi kommer bland annat att planera höstens insatser och verksamheten för 2025. Jag tar tacksamt emot förslag på insatser och projekt som du anser att VISIR bör driva och som är viktiga för det nikotin- och tobaksförebyggande arbetet.

I oktober planeras en intressant 2-dagars nätverksträff med C.A.N (Centralförbundet för alkohol narkotikaupplysning) och Folkhälsomyndigheten i Stockholm där VISIR kommer att vara representerade.

Under två dagar i oktober kommer den nationella ANDTS-konferensen Drogfocus att gå av stapeln i Karlstad. VISIR kommer att vara på plats med personal och monter tillsammans med Tobaksfakta. Här kommer vi att få ta del av ny forskning, trender och goda exempel på insatser som sker uti landets ideella organisationer samt inom kommunala- och statliga verksamheter.

Under 2022 infördes en ny lagstiftning som reglerar nikotinprodukter - en lagstiftning som är otillräcklig för att skydda barn och unga från att börja med vitt snus och e-cigarett. Mer än sju av tio unga mellan 14 och 18 år uppger att det är lätt att få tag på vitt snus och andelen unga som uppger att de ofta ser reklam för nikotinprodukter på



*Agneta Alderstig*  
*Förbundsordförande*

sociala medier fortsätter att öka. Detta enligt Non Smoking Generations undersökning. Dessutom är kunskapen om nikotinetts hälsoeffekter låg bland både barn och vuxna.

Riksdagsledamöterna Karin Sundin (S) och Dan Hovskär (KD) hade i samarbete med Rf VISIR och Tobaksfakta ett intressant och innehållsrikt lunchseminarium i Sveriges Riksdagshus den 29 maj på temat vitt snus och nikotinprodukter. Moderator för seminariet var Dan Hovskär (KD) som dessutom är styrelseledamot i Rf VISIR. På seminariet deltog 49 personer, som förhoppningsvis tog med sig mycket matnyttigt från föreläsningarna till det fortsatta politiska arbetet.

För några år sedan producerade VISIR broschyren "Vad är vitt snus och varför är det farligt". Sedan dess har ny forskning kring det vita snuset börjat slutföras samtidigt som användningen av vitt snus exploderat bland barn och ungdomar, och i den referensgrupp som VISIR bildat med riksdagsledamöter från olika partier har önskemål därför framförts om en kunskapssammanställning om det vita snuset. Inom styrelsen tittar vi på möjligheterna att tillgodose det behovet.

Alla i VISIR är varmt välkomna med synpunkter och förslag på innehåll i tidningen VISIRaktuell.

*Med önskan om  
en fortsatt trevlig höst!*

# Många sjukhus ger oss dubbla budskap

Vid besök på sjukhus och träffar läkare eller annan vårdpersonal, så oavsett vilken krämpa man söker för så får man frågan: Röker du?

Antingen röker man inte och svara nej och får ett uppmuntrande "så bra" till svar eller så feströker man eller är dagligrökare och får berättat för sig vilka vinster det finns med att inte röka och hur rökning och snusning påverkar hälsan. Vid en del operationer får man en uppmaning att sluta röka åtta veckor innan operationen och även lika länge efter.

Men samma sjukhus kan även sälja cigaretter och snus i sin kiosk. Tar inte detta bort hela effekten av läkarens vägledande samtal? Vem ska man tro på?

Inga sjukhus borde få sälja tobaks- eller nikotinprodukter som orsakar så mycket sjukdom och lidande!

Känner du till något sjukhus som fortfarande säljer tobaksprodukter hör gärna av dig till oss!

Du får också gärna meddela oss de sjukhus som inte säljer dessa produkter.

Suzanne Bengtsson



Bild från Karolinska sjukhuset - Huddinge

Foto Suzanne Bengtsson

## Fakta

Använder man tobak före och efter operationen kan det ge allvarliga problem. Det beror på att kroppens vävnader får syrebrist orsakad av framförallt kolmonoxid och nikotin. Kolmonoxid får man i sig när man röker och den blockerar de röda blodkropparnas möjlighet att ta upp syre i kroppen.

All tobak och nikotin är giftigt för kroppen. Tuggtobak, vitt eller brunt snus och tobak som du andas in via till exempel vattenpipa eller cigaretter påverkar kroppen och

försämrar dess möjlighet att klara en operation. Du bör därför avstå från alla former av tobak och nikotin före och efter din operation.

Att sluta röka sex till åtta veckor före operation minskar komplikationsrisken. Då hinner hjärtats och lungornas funktion förbättras och infektionsförsvaret stärkas. Storrökare får ofta ökade slembesvär i luftvägarna de första veckorna efter rökstopp. Därför lönar det sig att sluta i god tid.

Källa: Rökfri och alkoholfri operation, Region Stockholm



# Dags att ändra tobakslagstiftningen!

**Hur kan det komma sig att de tobaks- och nikotinprodukter som tilltalar och brukas av ungdomar är de som har minst regleringar?**

Vitt snus reglerades 30.6 2022 i Lag (2022:1257) om tobaksfria nikotinprodukter.

Tobak, Heat not Burn och e-cigarett i Lag (2018:288) om tobak och liknande produkter (senast uppdaterad 20.12 2018.)

Försäljningen av tobak är tillståndspliktig, vilket innebär att den som vill sälja tobak måste ansöka om detta till kommunen. Kommunen utreder om den sökande uppfyller kraven för att sälja tobak. Du får inte ha skulder vare sig hos Kronofogden eller Skatteverket och inte heller vara brottsligt belastad. Kommunen kan också undersöka varifrån pengarna kom för att köpa verksamheten. Det tar flera månader att få ett tobakstillstånd och det kostar 5 000 - 15 000 kr beroende på vilken kommun man ansöker i. Det ingår fängelse upp till sex år i straffskalan om lagstiftningen inte följs. Att sälja till minderårig är dock endast fängelse i sex månader. Dessutom kan man bli av med tillståndet och får inget nytt. Det gör kanske att man är försiktigare med att sälja till minderåriga.

Att sälja vitt snus och e-cigarett är endast anmälningspliktigt. Det räcker med att du anmäla till kommunen att du ska sälja dessa produkter.

Kommunen har i stort sett ingen befogenhet att neka. Om handlaren inte följer lagstiftningen kan en kommun ge handlaren en varning, ett föreläggande eller i värsta fall förbjuda försäljning i högst sex månader. Försäljningsförbud är ytterst ovanligt, om man riskerar att få det överlåter man anmälan på en bekant och fortsätter försäljningen.

Det vita snuset är förpackat i väl designade dosor som tilltalar ungdomar och kvinnor med frukt- eller godissmak. Det är egentligen reglerat med reklam för vitt snus men ändå har både SvD och DN haft helsidor med reklam för det vita snuset och i en shoppinggalleria i Stockholm finns en affär som har en stor monitor med reklam för detta snus, riktat mot ett fik!

Det är 18-årsgräns för att få köpa alla tobaksprodukter. Har du tillstånd att sälja tobak och säljer till någon minderårig kan du bli av med tillståndet. I värsta fall kan du hamna i fängelse. Har du bara anmält händer just ingenting.

Det finns just nu en hel del affärer som bara säljer e-cigarett och vitt snus. Varför sälja produkter (cigarett, snus och röktoak) där förtjänsten är låg och stor risk för represalier.

Det är ytterst märkligt att de produkter som tilltalar och används av ungdomar är mindre reglerade än de produkter som är på väg bort från marknaden och som används av vuxna.

Det borde vara en lag med både tobaks- och nikotinprodukter och jämställ dem med tillstånd och lika straffsatser.

Dessutom är det högre tobaksskatt på brunt snus än nikotinskatt på vitt snus enligt skattelagar.

Suzanne Bengtsson



Foto Suzanne Bengtsson

*Bild från en "modern" tobaksaffär två hyllor med vitt snus och överst engångsvapes cigaretterna har fått flytta längst ner.*

# Explosionsartad ökning av ungdomars användning av vitt snus

Centralförbundet för Alkohol- och Narkotikaupplysning (CAN) följer regelbundet upp användningen av nikotinprodukter. Sedan 2003 har man skattat den totala användningen av cigaretter och snus utifrån inhemsk försäljningsstatistik, kompletterat med självrapporterade köp i samband med utlandsresor och köp av smugglade cigaretter.

Den sammanställning som publicerades i december 2023 är mycket dystert. Efter många år med en nedgående trend av rökning av traditionella cigaretter ökar rökningen nu med 6 procent mellan 2021 och 2022, samtidigt som vi ser en explosionsartad ökning av framför allt ungdomars användning av vitt snus och e-cigaretter.

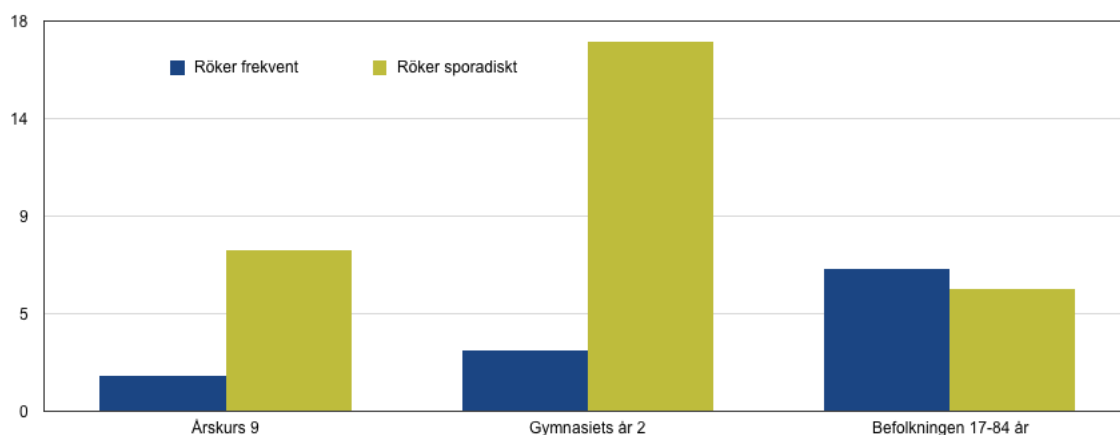
Försäljningen av e-vätskor till vejp ökade med 350 procent på ett år, från 4 000 sålda liter 2021 till 14 000 sålda liter 2022. Försäljningen av det vita snuset ökade med 81 procent under samma period.

I relation till den totala försäljningen av snus ökade det vita snuset från 16 till 25 procent på ett år.

Det är inte så att de nya tobaksprodukterna i första hand används av personer som rökt eller snusat brunt snus tidigare. Istället är det nya generationer som lockas in i nikotinberoende. Det är särskilt tydligt vad gäller vitt snus, som är tre gånger så vanligt bland unga vuxna än i övriga åldersgrupper och såväl andelen rökare som andelen snusare och vejpåre är högst bland gymnasieelever och unga vuxna i åldrarna 17–29 år. I årskurs två i gymnasiet uppger 17 procent att de röker cigaretter sporadiskt, vilket är nästan tre gånger så vanligt som i hela befolkningen 17–84 år, se figur 1 nedan.

Att såväl traditionella cigaretter som vejp och snus ökar bland ungdomarna illustreras i figur 2–4 på följande sidor från CAN:s skolundersökning 2023.

Andelen som snusar i gymnasiets andra årskurs dubblerades mellan 2015 och 2022 samtidigt som



*Figur 1. Andelen som röker frekvent respektive sporadiskt bland elever i årskurs 9, gymnasiets år 2 och befolkningen 17–84 år. 2022.*

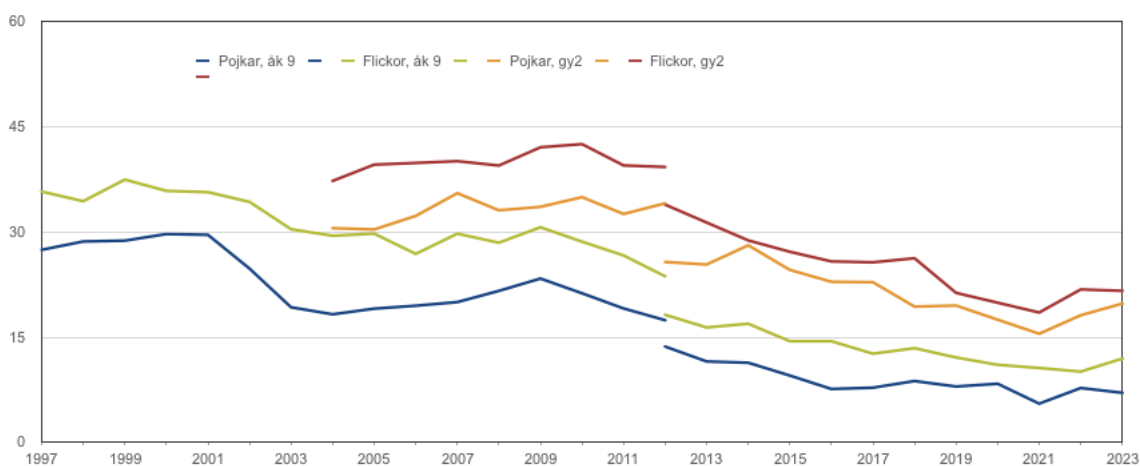
andelen som röker sporadiskt är långt högre än i befolkningen som helhet. Och det är framför allt bland flickorna som användningen av det vita snuset ökat, med en ökning på 500 procent sedan 2015. Vad gäller användning av vejp de senaste 30 dagarna var ökningen extremt kraftig mellan 2021 och 2022, för att backa något året därpå. Även här är ökningen störst bland flickor.

Sammantaget har tobaks- och nikotinanvändningen ökat, och det står helt klart att de nya tobaksprodukterna inte ger någon form av skademinimering (eller harm reduction, som det ofta kallas även i Sverige) genom att det i första hand har varit inbitna rökare som bytt från cigaretter till vejp eller snus. Istället har de nya nikotinprodukterna fungerat som inkörsport för ungdomar in i nikotinberoende. Enligt CAN:s rapport om Tobaks- och nikotinutvecklingen i Sverige 2023 hade en stor majoritet av de som vejpat aldrig testat cigaretter innan de vejpade för första gången, och 43 procent hade varken rökt cigaretter eller snusat innan de började vejpa. Det vita snuset var den första nikotinprodukten för en fjärdedel av pojkarna och en tredjedel av flickorna.

Av CAN:s skolundersökning framkommer också det är enkelt för ungdomar att få tag på snus. År 2022 uppgav 45 procent av niondeklassarna och 63 procent av gymnasieeleverna att de inom ett dygn kunde få tag på snus, trots att inte heller vitt snus får säljas eller på annat sätt lämnas ut

inäringsverksamhet till den som inte har fyllt 18 år sedan 1 augusti 2022. Utöver att det vita snuset säljs av de flesta stora livsmedelskedjor säljs det också på webbplatser där det är enkelt för mindreåriga att med några klick beställa hem vitt snus.

Trots att lagen om tobaksfria nikotinprodukter (2022:1257) slår fast att vitt snus inte får marknadsföras gentemot personer under 25 år pågår en mycket aggressiv marknadsföring riktad mot barn och unga. Folkhälsomyndighetens intervjustudie av personer i åldrarna 13–19 år visar att marknadsföringen varit framgångsrik – ungdomarna lyfter fram vitt snus som fräschare, trendigare och mer hälsosamt än det traditionella snuset. Enligt ungdomarna i studien gör också mångfalden av olika godis- och fruktsmaker att fler provar vitt snus. Det vita snusets avsaknad av grundsmak gör det enkelt att smaksätta med olika tillsatser. Och tveklöst är det så att smaker som saltlakrits och hallon inte är framtagna för att förmå inbitna äldre rökare att gå över till vitt snus, utan för att locka ungdomar. Undersökningar visar att nikotinprodukter som smaksats mint-, frukt-, bär- eller godissmak attraherar användare som inte annars skulle ha provat snus eller e-cigaretter. När användningen av det vita snuset efter en tid medfört tolerans mot nikotin i form av minskat illamående och mindre yrsel, är tröskeln också till andra tobaksprodukter sedan lägre. ►



**Figur 2.** Andelen elever som röker (dagligen/nästan dagligen eller sporadiskt), efter kön och årskurs. 1997–2023.

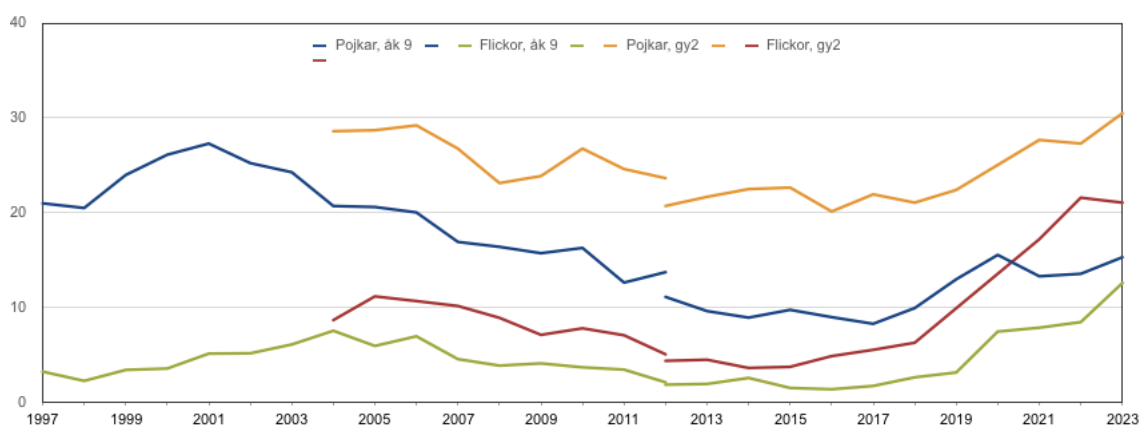
forts. från sid 7

Eftersom de allra flesta som fastnar i nikotinberoende gör det under tonåren är barn och ungdomar nikotinindustrins viktigaste målgrupp. Och det krävs inte mycket nikotin för att göra en ung person beroende, enbart 5 milligram nikotin om dagen, vilket motsvarar en kvarts e-cigarett.

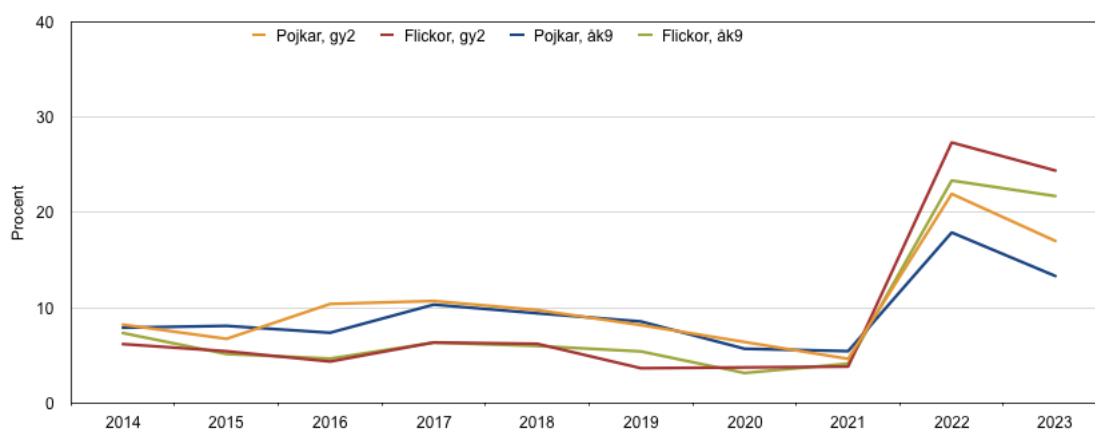
Folkhälsomyndigheten betonar att barn och unga är särskilt utsatta för nikotinets snabba beroendeframkallande egenskaper, och därför behöver

skyddas särskilt. Enligt Novus undersökning 2023 har 96 procent av alla som använder nikotinprodukter börjat i tonåren eller tidigare. Den vanligaste debutåldern är 14-16 år, och den som inte har fastnat i nikotinberoende före 20 års ålder kommer troligtvis aldrig att göra det. Om nikotinindustrin misslyckas med att få in barn och ungdomar i nikotinberoende kommer man därför att successivt förlora hela sin affär.

Niclas Malmberg



**Figur 3.** Andelen elever som snusar (dagligen/nästan dagligen eller sporadiskt), efter kön och årskurs. 1997–2023.



**Figur 4.** Andelen som vejpåt under de senaste 30 dagarna, efter kön och årskurs. 2014–2023.



## Mars 2024

### Tobaksfakta skickade detta brev i våras till samtliga riksdagspolitiker

#### Tack!

För att ni hjälper ALLA barn att förbli rökfria. Det är glädjande att läsa de senaste siffrorna gällande rökningen i Sverige. Dagligrökningen är nu nere på sex procent, vilket betyder att vi är nära Tobacco Endgamemålet om fem procent rökare år 2025. Det är till stor del tack vare politiska insatser som ni eller era kollegor genomfört de senaste 30 åren, till exempel rökfria restauranger och utemiljöer. De positiva siffrorna gäller dock befolkningen generellt. Fortfarande har vi en ojämlik hälsa:

- Tre gånger fler, d.v.s. 18 procent, röker i socioekonomiska utsatta grupper, som lågutbildade, låginkomsttagare och vissa invandrade grupper. Särskilt för kvinnor är rökning en markör för ojämlik hälsa.
- Av de som söker hjälp inom den psykiatriska öppenvården röker 50 procent.
- Upp till 80 procent av patienterna på beroendemottagningarna röker.

#### Hjälp att sluta

Tyvärr har de som har svårigheter i livet i stort också svårare än andra att sluta röka, men studier visar att de klarar det med rätt hjälp. Professionell tobaksavvänjning är ett stöd som ni politiker kan möjliggöra för alla patienter, i alla regioner i Sverige. Forskning visar också att höjda skatter på cigaretter är en framgångsrik åtgärd för att hjälpa dessa grupper att sluta röka.

#### Ingen planerar att bli beroende

Det är dock viktigt att inte enbart stötta de som redan fastnat i beroende, utan också hjälpa barn att inte börja. Nikotinet i cigaretter är starkt beroendeframkallande, men som ung förstår man inte att bara några få cigaretter kan snärja in en i ett livslångt bruk. Forskning visar att:

- Bland de 60% som någonsin rökt en hel cigarett hade 2/3, åtminstone för en längre tid, blivit dagligrökare (Birge Nicotine & Tobacco Research 2017)
- Av de som röker som vuxna har mer än 90 procent börjat då de var barn. (Surgeon General)

Många barn provar cigaretter, men de är framför allt de som redan är utsatta eller mår dåligt på olika sätt som fortsätter och blir beroende. Exponeringsförbud är en åtgärd som bidrar till att förhindra att barn börjar röka, Tobaksfri skoltid en annan, en tredje åtgärd som påverkar barn är höjda priser. Genom att förhindra att barn börjar röka, minskar också risken för att de börjar med illegala droger, ett högaktuellt problem som vi behöver göra allt för att motverka.

Vi hoppas att ni under er mandatperiod kommer att fortsätta det tobakspolitiska arbetet för folkhälsans och samhällsekonomins bästa – och på så sätt hjälpa alla barn, oavsett grupptillhörighet, att förbli rökfria. Vi bistår gärna fortsättningsvis med mer fakta och forskning.

Lena Sjöberg ordförande Tobaksfakta



Foto Bildbyrån Istock

# Marie-Louise's KRÖNIKA

I mitt arbete inom sjukvården, först som sjuksköterska inom bland annat cancervård och sedan som läkaren, har jag känt till VISIRs viktiga arbete under många år, men inte varit medlem. När min vän och kollega, tillika tidigare ordförande för VISIR, Henrik Ripa, frågade varför jag inte var medlem, trots mitt engagemang mot rökning, hade jag inget bra svar. Sagt och gjort; jag blev medlem och valdes snart in som ledamot i Förbundsstyrelsen.

## *Mycket har hänt*

När jag började arbeta inom sjukvården i slutet av 80-talet var jag en av få som inte rökte. Det fanns rökrum på avdelning och jag fick höra att rökare var trevligare än ickerökare. Jag förstod ganska snart att rökningen fyllde en viktig social funktion. Det var i rökrummet många diskussioner fördes. Trots det föll jag aldrig för frestelsen och så småningom blev vi fler icke-rökare.

I mitt arbete som läkare har jag under många år arbetat med att inspirera patienter att sluta röka. Detta är inte helt lätt då beroendet är starkt, men även vanan och den sociala kontexten. Rökning har hört ihop med festliga sammanhang och ofta även i samband med alkoholkonsumtion.

I takt med flera politiska beslut har det arbetet underlättats allt mer. Det sociala mönstret har förändrats i takt med gjorda lagändringar.

## *Rökningens glansdagar*

Under 60-talet var rökningen så vanliga att 50% av männen var dagligrökare. Under 70-talet rökte ca 30% av kvinnorna regelbundet. Att röka i alla sammanhang var en naturlig företeelse.

När mina väninnor och jag gick ut och dansade eller åt på restaurang var det helt normalt att vi vistades i helt rökfyllda lokaler. Även personalens arbetsmiljö var därmed rökfylld under större delen av ett arbetspass. Att flyga och att hamna på

raden precis framför rökarna var en självklarhet, även om den inte var särskilt angenäm.

## *Positiva siffror*

Idag ligger antalet dagligrökare, bland både män och kvinnor under 6%, vilket är mycket positivt. Nu konkurrerar dock nikotinprodukter såsom vitt snus och e-cigarettor med de tidigare traditionella cigaretterna.

## *Några viktiga politiska beslut*

- Redan 1993 infördes en tobakslag om bland annat rökfria skolgårdar och rökfria arbetsplatser. En stor och mycket viktig förändring!
- 1997 åldersgräns på 18 år införs vid försäljning av tobak.

Detta är viktigt för att skydda de yngre ungdomarna.

- 2005 infördes rökfria restauranger, och andra publika lokaler samt även flygplan.

Farhågorna var stora inför beslutet; skulle restauranger och krogar få stänga igen på grund av uteblivna gäster? Skulle det bli tomma flygplan?

Med facit hand vet vi att farhågorna inte uppfylldes och idag känns det som en självklarhet med rökfria miljöer.

- 2019 infördes förbud att röka på offentliga platser såsom uteserveringar och perronger. Även

många nöjesparker utomhus införde rökförbud eller endast rökning på speciella platser.

■ 2022 Nedskräpning med cigarettfimpar kan ge upp till 800:- i böter.

■ 2024 Regeringen föreslår höjd skatt på cigaretter f.o.m den 1 november

Skatten på de flesta tobaksprodukter, inklusive cigaretter och röktobak, ska höjas med cirka 9 procent. En höjd skatt och därmed högre priser på cigaretter och röktobak kan bidra till att minska antalet rökare.

## *Nutid och framtid*

I mitt politiska arbete är en prioriterad fråga för mig att få en tobaksfri skoltid för alla elever samt att ungdomar inte ska bli beroende av tobak eller nikotin. Dessa frågor kommer jag fortsätta att driva och bevaka.

Jag är glad över att regeringen prioriterar arbetet med tobaksavvänjning för de som vill sluta röka samt, vidtar insatser mot illegal handel med tobak som smuggling och illegal produktion.

## *Framtid*

Vi är många som på olika sätt arbetar för ett rökfritt Sverige och även ett nikotinfritt Sverige i framtiden!

En väg att gå är via Tobacco Endgame – med målet om ett rökfritt Sverige 2025. Här har sjukvårdsregionerna ställt sig bakom beslutet. Med så många medverkande känns det möjligt att genomföra.

Jag kommer att fortsätta mitt arbete mot rökning både som ledamot i VISIR och som riksdagsledamot.

---

Marie-Louise Hänel Sandström



Foto Gustaf Elias

## FAKTA

Marie-Louise Hänel Sandström

Ledamot i VISIRS förbundsstyrelse sedan 2019

Riksdagsledamot för Moderaterna sedan 2018

Läkare  
Specialist inom Allmänmedicin

Gift med Axel  
Två vuxna söner, Alexander och Jonathan

Riksförbundet VISIR  
Hälsans Hus  
Fjällgatan 23 B  
116 28 Stockholm



## MANUSSTOPP 15 OKTOBER 2024

VISIR Aktuellt nr 4 2024

Välkommen med förslag, text och bilder!

Detta skickas till VISIR Aktuellt, kansliet visir@telia.com

## VÄLKOMMEN ATT BLI MEDLEM I RIKSFÖRBUNDET VISIR

Vill du verka för fler rökfria miljöer, hjälpa ungdomar och vuxna att säga nej till tobak, vitt snus och e-cigarettor?

Som medlem stödjer du VISIRs arbete. Du får medlemstidningen digitalt eller i pappersversion. Du kan beställa kostnadsfritt enstaka informations foldrar och broschyrer från vårt kansli.

## MEDLEMSAVGIFTER

Vuxen: 200 kr/år

Medlem par (2 vuxna på samma adress): 250 kr/år

Ungdom upp till 20 år: 0 kr/år

Stödmedlem: 50 kr/år

Ständig medlem: Engångsavgift 2 000 kr

Organisationsmedlem (förening, skola, bibliotek, företag m.fl.): 300 kr/år

Betalning sker till Plusgiro 60 94 07-2 eller Swish nr 1233244621

Glöm inte att uppge namn, adress och e-postadress.

*Du är också välkommen med en gåva till Riksförbundet VISIR*

*VISIR är en ideell, politisk och religiös obunden organisation.*

*Riksförbundet VISIR bildades 1974.*

*VISIR arbetar för ett nikotin- och tobaksfritt samhälle.*

## Kontakt

Riksförbundet VISIR, Hälsans Hus, Fjällgatan 23 B, 116 28 Stockholm.  
Telefon 08-591 282 11, visir@telia.com, www.visominteroker.se