

VISIRaktuell

Medlemstidning för Riksförbundet VISIR | NR 2 2025

*Vi önskar våra läsare
en skön sommar*

VISIR
VI SOM INTE RÖKER

Info från
Förbunds möte

Metatine
-inte längre oreglerad

Nytt inlägg
Olga har ordet

Nästa nummer av VISIR Aktuell kommer i november

nr 2 2025

INNEHÅLL

- 3 / Vice ordförande har ordet
- 4 / Vitt snus är ett växande hälsoproblem
- 6 / Metatine - inte längre oreglerad
- 7 / Rapport från förbundsmötet 2025
- 8 / Presentation av de nyvalda ledamöterna i styrelsen
- 10 / Hon jobbar för rökfria stränder - Olga har ordet
- 11 / Pär Hommerberg - en presentation



VISIRaktuellt - medlemstidning för Riksförbundet VISIR

Ansvärig utgivare Agneta Alderstig
Layout Maria Henriksson
Tryck Exakta Print AB, Malmö ISSN 0282-0617
Utkommer Tre nr per år varav ett är ett dubbelnummer

Omslag och illustrationer: Pixaby



1974-2024

VISIR
VI SOM INTE RÖKER

Vice ordföranden har ordet

Vid det konstituerande mötet efter årets förbundsmöte i mars blev jag vald till vice ordförande i VISIR. Ett förbund som jag följt och uppskattat under många år. Jag är glad över att ha fått förtroendet och ska göra vad jag kan för att tillsammans med den övriga styrelsen fortsätta utveckla förbundet. Även om förbundet genom åren varit synnerligen framgångsrikt vad gäller att minska bruket av nikotin- och cannabisrelaterade produkter finns mycket kvar att göra. Jag ser fram emot att få vara en del av detta.

I särskild artikel i tidningen kan du läsa om vad som beslutades på förbundsmötet samt en presentation av de nya ledamöterna i styrelsen inklusive mig själv.

En positiv nyhet är att VISIR tillsammans med sju andra organisationer fått del av arvet efter Irma Rombén. Det handlar om mycket pengar och styrelsen är tacksam för att ha blivit uppmärksammade på det sättet i testamentet. Pengarna möjliggör för VISIR att öka takten i arbetet med att minska användandet av tobaks- och cannabisrelaterade produkter samt verka för



Kjell Jönsson
Vice ordförande

rökfria miljöer.

Vid Almedalsveckan 23-27 juni är VISIR representerad av Niclas Malmberg som håller ett seminarium och bevakar ett annat med kritiska publikfrågor. I nästa nummer av vår tidning får Niclas berätta om innehållet i sitt anförande och hur han upplevde dagarna i Visby.

Konferensen LUFT – den största konferensen inom nikotin- och tobaksområdet i Sverige – genomförs i Uppsala 3-4 september. VISIR kommer att delta med en monter tillsammans med Tobaksfakta. Ett par deltagare från styrelsen kommer att bemanna vår monter och ta del av intressanta föredrag. Spännande att höra deras rapport efter deltagandet.

Kjell Jönsson
Vice ordförande



*Önskar alla våra läsare en fin och
innehållsrik sommar!*

Vitt snus är ett växande hälsoproblem

Fräscha smaker, diskret användning och ett tobaksfritt innehåll har gjort det vita snuset till en favorit, inte minst bland unga kvinnor. Men det finns anledning till oro, enligt forskarna. Vitt snus har på kort tid blivit en populär nikotinprodukt. Ökning är särskilt tydlig bland unga kvinnor. Om trenden fortsätter, förväntas fler kvinnor än män snusa i åldersgruppen 15–30-åringar redan i slutet av 2025 i Stockholms län, enligt Folk tandvården.

Bakom portionspåsar med fruktiga smaker kan ett växande hälsoproblem dölja sig, enligt Louise Adermark, docent och forskare i beroendebiologi vid Göteborgs universitet. Louise säger att de här är produkter som lanserats hårt, särskilt mot unga tjejer. Problemet är att vi vet väldigt lite om vad de faktiskt gör med kroppen och hjärnan. Vitt snus marknadsförs ofta som "tobaksfritt", men nikotinet i produkterna kommer fortfarande från tobak. Skillnaden är att brunt snus innehåller både tobak och nikotin i en fuktig blandning, medan vitt snus består av växtfiber med tillsatt nikotinextrakt. Nikotin är extremt beroendeframkallande, särskilt för unga. Vi vet att det påverkar hjärtat, kärlen och hjärnan. Många förstår inte hur snabbt ett beroende kan uppstå. Hjärnans belöningssystem är extra känsligt i tonåren, vilket gör unga mer mottagliga för nikotinets effekter. Hjärnan "byggs om" av regelbunden användning, vilket förutom att skapa ett beroende, kan leda till sömnstörningar och koncentrationssvårigheter. Nikotin är en av de mest beroendeframkallande substanserna forskarvärlden känner till, särskilt



Foto: svd.se

för unga hjärnor. Många av de ämnen som tillsätts dämpar kroppens naturliga varningssignaler som bitterhet och sveda vilket gör produkterna mer attraktiva. Men smakerna i sig kan också innebära risker, cellskador och allergiska reaktioner har rapporterats.

Graviditet och vitt snus

Maria Rosaria Galanti, professor emerita i folkhälsoepidemiologi vid Karolinska institutet, är oroad över hur lite vi faktiskt vet om hur det vita snuset påverkar kroppen på längre sikt. Hon menar att det är särskilt bekymmersamt att det är de unga tjejerna som tagit det vita snuset till sig. Det kan bli svårt att sluta den dag man blir gravid. Nikotin under graviditet har kopplats till allt från lägre födelsevikt till plötslig spädbarnsdöd. Det finns ingen anledning att tro att vitt snus skulle vara säkrare.

”Fräscha smaker, diskret användning och ett tobaksfritt innehåll har gjort det vita snuset till en favorit, inte minst bland unga kvinnor.”

-enligt forskare



Foto: Marianne Bäärnhielm

Många unga underskattar hur lätt det är att bli beroende och har svårt att tolka märkningen av nikotininnehåll som finns på burkarna. Eftersom märkningen är ostandardiserad vet konsumenterna ofta inte hur starka produkterna är. Många upplever att snuset hjälper dem att fokusera. Och flera vetenskapliga studier bekräftar att nikotin initialt kan förbättra kognitiva funktioner som ökad koncentrationsförmåga, men att långvarig användning kan leda till försämrad hjärnfunktion utan nikotin. Du blir helt enkelt beroende av att ha nikotinet i kroppen för att fungera normalt.

Till skillnad från traditionellt snus, som innehåller malda tobaksblad, består vitt snus av cellulosa som är besprutad med nikotin ibland i mycket höga doser. Hur lång tid det tar att bli av med sitt beroende varierar från person till person, men generellt tar det ungefär tre–fyra veckor för den fysiska abstinensen att klinga av. De psykologiska aspekterna, som vanor och känslomässiga kopplingar, kan däremot finnas kvar betydligt längre. Ibland flera månader eller till och med år. Även om vitt snus är mindre farligt än cigaretter är det en jämförelse som riskerar att vilseleda. Det är ett problem att vi jämför med

något som är extremt skadligt. Det är bättre än cigaretter, men det betyder inte att det är bra, eller ofarligt. Vi vet fortfarande väldigt lite om de långsiktiga konsekvenserna, säger Maria Rosaria Galanti.

Snus i siffror

10 procent av befolkningen i åldern 17–84 år rapporterade att de hade använt vitt snus minst en gång under den senaste månaden år 2023, varav cirka 7 procent var dagliga användare. Försäljningsstatistik visar att andelen vita snusdosor har ökat från 16 procent av den totala snusförsäljningen 2021 till att utgöra var tredje dosa 2023.

Bland unga kvinnor i åldern 16–29 år har användningen av vitt snus ökat från 10 procent 2022 till 15 procent 2024, medan motsvarande siffror för unga män är en ökning från 5 procent till 11 procent under samma period.

Källa: CAN, Folkhälsoenkäten i Stockholm.

Källa: Lisa Wallströms artikel i Svenska Dagbladet 250505
www.svd.se/a/AvVVGa/beroendeforskare-om-vitt-snus-hjarnan-byggs-om

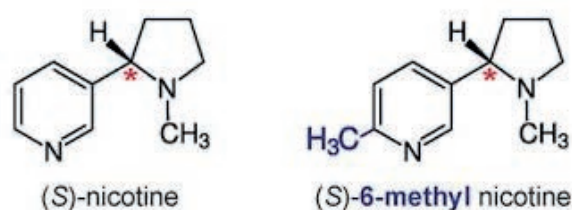
Metatine – inte längre oreglerad

Folkhälsmyndigheten har beslutat att likställa den syntetiskt framställda substansen 6-metylnikotin (metanine) med nikotin. E-cigarettor som innehåller substansen får inte längre säljas oreglerat. Folkhälsmyndighetens utredning har visat att metatine är åtminstone lika giftig som nikotin.

De senaste månaderna har Folkhälsmyndigheten sett en ökad försäljning av e-cigarettor som innehåller 6-metylnikotin, som också kallas metatine.

Det är en oroande utveckling eftersom dessa produkter har kringgått de regler som gäller, säger Olga Caratier, enhetschef på Folkhälsmyndigheten, i ett pressmeddelande.

Produkterna har hittills inte omfattats av regelverken som finns för e-cigarettor. Nu har myndigheten gjort en vetenskaplig utredning av substansen och kommit fram till att den är en nikotinhaltig alkaloid. Det innebär att den omfattas av definitionen för nikotin som finns i EU-regler och i svensk lagstiftning.



Kemisk formel nikotin och 6-metylnikotin (metanine)

Illustration från wikipedia

Det rättsliga ställningstagandet i marknads-kontrollärendet är ett viktigt praxisbeslut som kommer att påverka vår tillsyn och kontroll av varor med denna substans på den svenska marknaden, säger Olga Caratier.

Folkhälsmyndighetens utredning har visat att effekten av substansen är upp till fem gånger större än för nikotin och att 6-metylnikotin är åtminstone lika giftig som nikotin.

Källa: Folkhälsmyndigheten

RÄTTELSE VISIRaktuell Nr 1 2025

Artikel: Rätten till rökfri miljö

Artikeln skulle börja med rubriken *Så här skriver Fastighetsbolaget Alexanderssons*

Det finns ingen lag som förbjuder rökning i allmänna utrymmen inom fastigheter, inte ens i tvättstugor!

I Lag om tobak och liknande produkter (2018:2088) anges i 6 kapitlet, 2 § punkt 3 följande: "I lokaler som är avsedda för gemensamt bruk i bostäder och inrättningar med särskild service eller vård.". Detta betyder äldreboenden, gruppboendestäder m.m.

Dock skriver många fastighetsägare på sina hemsidor att det är förbjudet med rökning på allmänna utrymmen, vilket vi ska vara tacksamma för.

Däremot kan fastighetsägare förbjuda rökning i sina fastigheter överallt även i lägenheter och på balkonger utan någon speciell lagstiftning!

Det kan vara svårt att komma till rätta med de som bott länge i sin lägenhet och skrev på ett kontrakt där rökning var tillåten. Men som Alexandersson skriver kan det bli dyrt att röka i sin bostad.

FÖRBUNDSMÖTE I VISIR 2025

Årets förbunds möte ägde rum i Hälsans Hus i Stockholm den 23 mars. 20 medlemmar deltog i mötet antingen via nätet eller närvarande i lokalen. Gunnar Ek valdes till ordförande och Brith-Marie Delander till sekreterare.

På mötet behandlades två tidigare propositioner. Den ena gällde ändring av dagordningen vid förbunds möte där punkten "Framläggande av revisionsberättelsen" föreslås behandlas efter punkten "Framläggande av verksamhetsberättelsen" och den andra ändringen gällde stadgarna där punkten "Framläggande av revisionsberättelsen" flyttas till punkt 9.

På mötet behandlades även tidigare behandlad motion gällande förbundets tidning där det i stadgarna anges "En tidskrift, VISIR Aktuellt, ska utges" vilket i motionen föreslås ändras till "En tidning och/eller nyhetsblad ska utges".

Förbundsmötet beslutade att stadgarna ska ändras enligt förslagen.

Förbundsmötet behandlade även en ny motion som handlade om namnet VISIR (Vi Som Inte Röker) som för många känns omodernt och anspelar på rökning. Rökningen minskar och nikotin intas numera genom brunt eller vitt snus eller e-cigarett.

Förbundsmötet tillstyrkte motionen samt uppdrog till styrelsen att tillsätta en arbetsgrupp som diskuterar förslaget och återkommer med förslag på ev. åtgärder till styrelsen.

Utöver nämnda ärenden beslutade förbundsmötet att fastställa resultat- och balansräkningen för 2024, att bevilja styrelsen ansvarsfrihet för år 2024 samt att medlemsavgiften för 2026 ska vara oförändrad.

Avgifterna är följande: Medlem 200 kr/år, Medlem par (2 vuxna på samma adress) 250 kr/år, ständig medlem 2 000 kr (engångsbelopp),

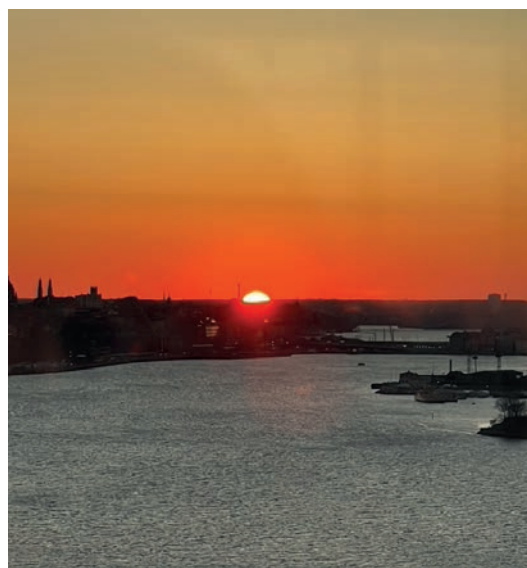


foto: Brith-Marie Delander

Kvälls vy förbunds möte 23 mars.

stödmedlem 50 kr/år och organisationer/företag 300 kr/år. Ungdom upp till 20 år är 0 kr/år.

Val av styrelse är alltid en intressant punkt på ett förbundsmöte/årsmöte.

Till ordförande valdes Agneta Alderstig. Fem av ledamöterna i styrelsen hade ett år kvar, fyra omvaldes och fyra nyval förrättades. Till valberedare valdes Olle Sjögren och Arvid Öhlin och till revisorer Ingvar Andersson och Gunnar Ek och till revisorssuppleant Dick Jansson. Styrelsen presenteras i annan artikel.

Året 2025 blir spännande med så många nya ledamöter i styrelsen som kommer med sina kunskaper, erfarenheter och idéer vilket kommer att göra VISIR ännu mer attraktivt och utmanande som förbund och som påverkare av frågor inom tobaks- och nikotinområdet.

Brith-Marie Delander

Presentation

NYA I STYRELSEN

Här följer en presentation av de nyvalda ledamöterna till styrelsen.

Marianne Bäärnhjelm



Mitt intresse för tobaksfrågorna började med ett uppdrag för En Rökfri Generation att ta fram en kartläggning av tobaksbolagens marknadsföringsmetoder. Det var 1992. Därefter var jag som informationschef på Pharmacia AB ansvarig för alla informationsinsatser och PR kring Nicorette på den svenska marknaden. Vi hade mycket kontakter med yrkesföreningarna, Apoteket och andra aktörer inom området. Jag var med och startade tidningen Fri som blev en uppskattad infokanal för alla som arbetade med tobaksfrågorna, även politiker och beslutsfattare. På Pfizer AB ansvarade jag för public affairs-aktiviteter inom tobaksområdet och för läkemedlet Champix, mot nikotinberoende. Jag har även samarbetat med AZ i en bred upplysningskampanj kring KOL och rökning. Vi genomförde bl a riksomfattande aktiviteter och medverkade i Almedalen.

Min bakgrund är beteendevetare med fokus på kommunikation, statskunskap och reklam/marknadsföring. Jag har arbetet drygt 30 år med kommunikation och PR inom life science-området som informationschef på läkemedelsföretag och konsult/vd på olika kommunikationsbyråer. Jag arbetar som konsult med kommunikationsstrategi och med utbildning språk och interkulturell kommunikation.

-Jag vill bidra till att VISIR förblir en stark och viktig röst i tobaks- och nikotinfrågor genom min kunskap och erfarenheter från kommunikation, PR och påverkansarbete.

Danica Augustsson



Till vardags arbetar jag som skolsköterska på ett gymnasium, på en friskola i Göteborg med 340 elever. Mitt uppdrag är att främja, förebygga och stödja elevens utveckling. Att kunna hjälpa ungdomar att förbli och bli tobak och nikotinfria samt främja hälsosamma levnadsvanor är av störst vikt för eleven.

Jag är utbildad distriktssköterska med bland annat spetskompetens inom astma/KOL och tobaksprevention, rådgivning och tobaksavvänjning samt HBTQI certifiering via RFSL.

Jag är väldigt aktiv när det gäller tobak och nikotinbruk bland eleverna. Att kunna förmedla kunskap till eleverna för att kunna motstå samt sluta med tobak och nikotin är en stor utmaning. Eleverna är lättpåverkade, vill gärna testa sina gränser för att sedan bli fast i bruket av tobak och nikotin. Eleverna behöver kunskapen om hur hjärnan och kroppen påverkas, beroende skapas och hur miljön förstörs där tobak odlas.

När det kommer till min kännedom om nikotinbruk är min strategi ett första samtal med eleven snarast möjligt. Att kunna skapa en god kontakt samt vara förtroendegivande är av stor vikt för hur mitt arbete tillsammans med eleven kan leda till tobak och nikotinfrihet. Jag erbjuder hjälp att via samtal stärka eleven att uppnå tobak och nikotinfrihet. Som belöning för varje nikotinfri vecka får eleven ett klistermärke, en lite silverstjärna och naturligtvis beröm och uppmuntran till nikotinfrihet.

Jag sitter med i Tobaksnätverket i Väst som arbetar mot alkohol, narkotika, dopning, tobaks- och nikotinprodukter och spel om pengar (ANDTS) samt i Riksförbundet Kontraktsmetoden som arbetar för att ungdomar ska ges en möjlighet att göra smarta val, välja bort tobak, alkohol och andra droger.

-Vi får kämpa på tillsammans för att kunna förändra!



Kjell Jönsson

Jag bor på Lidingö men har tillsammans med mina syskon en skogsgård i Jämtland där jag till och från vistas. Till börden är jag sedan många generationer Jämtlänning. Är numera en av de få som faktiskt behärskar den Jämtländska dialekten.

Jag är född i mitten av 1950-talet vilket indikerar att en 70 årsdag är nära förestående.

Å yrkets vägnar ägnade jag mina första drygt 20 år efter examen som officer och soldat. Slutade i Försvarsmakten 2000 som överstelöjtnant. Mycket av mitt ledarskap har jag Försvarsmakten att tacka för.

Privat är jag gift med Nina och har tre vuxna barn två pojkar och en flicka. Ingen av dem bor hemma längre. På fritiden åker vi på vintern skidor och på sommaren seglar vi. Vi har för närvarande vår båt i Medelhavet.

Efter den militära tiden blev jag sjukhusdirektör i Östersund. Jag har också i flera år varit ordförande i "Närverket för hälsofrämjande sjukhus och sjukvårdsorganisationer". Där kom jag för första gången i kontakt med nikotinbrukets negativa påverkan på hälsa och välmående.

Jag insåg också behovet av att bidra till folkhälsa genom att flytta resurser från "reparerande" till hälsofrämjande/förebyggande.

Att sprida kunskap om nikotinbrukets skadeverkningar och vara en motvikt mot tobaksindustrins reklam och lobby uppfattar jag som ett av de viktigaste områden VISIR arbetar inom. Många tror att antinikotinarbetet är klart. Så är det inte. Vi måste hålla frågan levande över tid annars faller många tillbaka till ett skadligt beteende och nya tillkommer.

Jag hoppas också kunna bidra med kunskap om hälso- och sjukvårdens organisation och beslutsprocesser samt mitt kontaktnät inom denna organisation.

-Uppdraget känns utmanande och jag ser fram emot att bidra.



Jeanette Bonté Atterberg

Jeanette heter jag och är tandhygienist.

I mitt jobb arbetar jag dagligen med tobaksprevention i alla mina patientmöten och tycker det är viktigt med en tobaksfri miljö för alla.

Jag bor med min man, snart två utflugna barn och fyra fyrbenta lurviga djur i Bromma. Det är även dessa jag tillbringar fritiden med.

-Jag ser fram emot att få hjälpa till och jag hoppas att min kunskap kan bidra till ökad medvetenheten kring farorna, framförallt i munhålan, från tobak och nikotin.

SÅ HÄR BLEV DEN NYA STYRELSEN

Ordförande Agneta Alderstig

Vice ordförande Kjell Jönsson

Kassör Eva Hedström

Sekreterare Brith-Marie Delander

Övriga ledamöter

Danica Augustsson

Dan Hovskär

Gert Essle

Ingrid Edvardsson Aurin

Jeanette Bonté Atterberg

Marianne Bäärnhielm

Marie-Louise Hänel Sandström

Niclas Malmberg

Pär Hommerberg

Suzanne Bengtsson

Brith-Marie Delander

Olga har ordet

I Göteborg finns Olga Flodén som är mycket engagerad i arbetet med att minska rökningen. Min ambition är att följa henne här i tidningen under rubriken "Olga har ordet".



Fimp- och rökfria stränder - På Facebook har Olga samlat röster för fimp- och rökfria stränder i Göteborg inför sommaren 2025. Hon har lyckats få ihop 200 underskrifter! Fantastiskt! Nedan kan du läsa hennes förslag.

Förslaget gäller - Miljö och hälsa med rubriken Fimp- och rökfria stränder i Göteborg inför sommaren 2025.

Sammanfattning - Inför rökförbud på stränder för att undvika passiv rökning och nedskräpning med fimpar.

Hela förslaget - Stränder är allmänna platser där det samlas hundratals människor, speciellt på sommaren. Tyvärr finns det alltid några rökare som utsätter andra människor, inklusive barn och allergiker, för passiv rökning. Passiv rökning ökar risken för lungcancer, hjärt- och kärlsjukdomar, diabetes samt sjukdomar i andningsorganen. Det finns bara 5-6% rökare i Sverige och det skulle vara rättvist för dem att anpassa sig till majoriteten och inte tvärtom med tanke på alla hälsorisker.

Fimpar som rökare kastar på marken innehåller giftiga ämnen (bl.a. kadmium) och plast som inte bryts ner, utan sönderdelas till mikroplastpartiklar och stannar kvar i naturen och i vattnet. Både fåglar och fiskar kan missa plasten för mat. Även barn som leker på stränderna riskerar att få i sig fimpar vilket kan leda till förgiftning.

För rökare kan man installera rökrutor längre bort från stränderna med soptunnor för fimpar. Det behövs också stora och tydliga skyltar om rökförbud på stränderna och tydliga skyltar som hänvisar till rökrutorna. Bifogar bilder som exempel.

Det finns kommuner som redan har infört rökförbud på stränder (Karlshamn, Olofström, Norrköping). Det är också vanligt i andra länder

med rökfria badplatser och parker (Danmark, USA, Australien, Thailand). Vi vill så gärna ha rökfria stränder i Göteborg också inför den kommande sommarsäsongen!

Om det är svårt att förbjuda rökning på alla stränder på en gång, kan man börja med några, till exempel de mindre badplatserna som Härlanda tjärn och Fiskebäck, där det är svårare att gömma sig från rökning. Även grillning bör förbjudas på de mindre badplatserna pga störande rök och brandfara.

Även jag tillhör de som röstat och har fått ett mejl från Göteborgs Stad med denna text:

Hej!

Det Göteborgsförslag som du röstat på (Göteborgsförslag 13243, Fimp- och rökfria stränder i Göteborg inför sommaren 2025) har nu varit möjligt att rösta på i 90 dagar och har under den tiden nått gränsen på 200 underskrifter. Därför skickas förslaget till Stadsmiljöförvaltningen för behandling och beslut. Förslaget visas just nu på sidan Under behandling. När politikerna fattat ett beslut om förslaget publiceras beslutet tillsammans med förslaget under rubriken Arkiverade förslag på Göteborgsförslagets webbsida.

Välkommen med dina förslag!

Med vänlig hälsning

Göteborgs Stad

Jag hade uppskattat om Göteborgs stad hade inkluderat problemen med alla snuspåsar som blir allt vanligare på alla platser där personer befinner sig. Det är definitivt inte trevligt.

Jag ser med spänning fram emot svaret från Stadsmiljöförvaltningen. Fler borde göra som Olga i sina kommuner!

Brith-Marie Delander

PRESENTATION

Pär Hommerberg



Pär Hommerberg - en närmare presentation av styrelsens ledamot sedan årsmötet 2023

Hej, jag heter Pär Hommerberg och bor i Älvsjö.

Jag har länge haft ett stort intresse för folkbildning och folkhälsa. Jag sitter i Vuxenskolan Stockholms styrelse. Redan år 2000 projektledde jag Coop Hälsas satsning "Vägra sitta still" där vi samarbetade med Svenska Gymnastikförbundet för att få barn att röra på sig. Vi tog även fram en mellanmålsfolder för att ge enkla råd om vad man skall äta.

Jag har även genomfört några av Riksförbundet Hjärtlungs största satsningar, "Ljuset På!" där vi ville sätta fokus på KOL, förmaksflimmer och hjärtsvikt. Det ledde till att jag modererade tre paneler, två i Almedalen

och en i Myntkabinettet där samtliga partiers representanter från Socialutskottet deltog.

Jag representerar Liberalerna i Regionfullmäktige Stockholm, där ligger främst folkhälsofrågor på mitt bord. Jag har bla. lyft frågan om det vita snuset där våra ungdomar behöver upplysas om dess innehåll och skadeverkningar och främst där de befinner sig, dvs. på Facebook och TikTok.

Jag är civilekonom och har även skrivit en D-uppsats i historia samt läst en termin folkhälsa. Jag gillar att läsa, gå på teater och resa. Jag och min sambo har bland annat besökt de flesta av länderna i Asien.

Pär Hommerberg

SLUTA-RÖKA-LINJEN



RING 020-84 00 00
www.slutarokalinjen.org

Riksförbundet VISIR
Hälsans Hus
Fjällgatan 23 B
116 28 Stockholm



VISIR MEDVERKAR PÅ LUFT-KONFERENSEN I UPPSALA 3-4 SEPTEMBER 2025

En nikotin- och tobaksfri framtid för våra barn och unga – för ökad jämlikhet och hållbar utveckling. Nationell konferens inom nikotin- och tobaksområdet med syfte att främja hälsa och förebygga ohälsa.

MANUSSTOPP 14 NOVEMBER 2025

VISIR Aktuellt nr 3-4 2025. Välkommen med förslag, text och bilder!
Skickas till VISIR Aktuellt kansli på adress nedan eller e-post 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-cigarett? Som medlem stödjer du VISIRs arbete. Du får medlemstidningen digitalt eller i pappersversion. Du kan kostnadsfritt beställa enstaka informationsfoldrar och broschyrer från vårt kansli.

MEDLEMSAVGIFTER

Vuxna 200kr/år, medlem par 250 kr/år, ungdom under 20 år 0 kr/år, ständig medlem engångsavgift 2 000 kr, organisationer/företag 300 kr/år.

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

En gåva till Riksförbundet VISIR är alltid välkommet!

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



FÖLJ OSS PÅ VÅRA SOCIALA MEDIER



GILLA OSS PÅ FACEBOOK
www.facebook.com/visominteroker



BESÖK VÅR HEMSIDA
www.visominteroker.se

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