

[Print forløbet](#)

Stine Jul Rasmussen

Om røg og nikotin

[Indhold](#)[Kapitler](#)[Til læreren](#)[Fælles Mål](#)

Til læreren

Om forløbet

Der kommer løbende nye typer af tobaks- og nikotinprodukter til salg, som eleverne ikke kan undgå at støde på i dagligdagen. Det kan være hvide nikotinposer eller tomme snuspakker, der er smidt på gaden, eller den søde lugt af vapes og puffbars. Cigaretter er desuden stadig udbredte blandt unge.

Formålet med forløbet er at give eleverne viden om konsekvenser ved brug af røg og nikotin, styrke deres kritiske sans i forhold til markedsføring og udvikle deres kompetencer til at håndtere gruppepres og indre pres. Eleverne inddrages fra starten som aktive deltagere, så deres viden og tanker om røg og nikotin sættes i spil. Målet er, at de udvikler handlekompetence til at sige fra overfor røg og nikotin, og at elever, som evt. har et forbrug af produkterne, får en forståelse for afhængighed og konsekvenserne af denne, og hvor de kan søge hjælp til at komme ud af den igen.

Forløbet tager udgangspunkt i to korte film, en novelle og en podcast. Igennem forløbet skal eleverne argumentere og diskutere og på forskellige måder give udtryk for deres tanker om og holdninger til blandt andet nikotin, markedsføring og lovgivning. De skal også analysere en film og en novelle og

forholde sig til, hvordan man skaber gode fællesskaber med plads til at træffe sine egne valg.

Forløbet er forankret i danskfaget og tager udgangspunkt i problemstillinger, der ligger tæt på elevernes hverdag. Der fokuseres blandt andet på kommunikation, analyse og fortolkning, og der inddrages forskellige arbejdsformer både med og uden skærm, ligesom eleverne gøres aktive og i stand til at bruge deres viden i diskussioner. Afslutningsvis kan elever skrive en tekst om "Unge, røg og nikotin". Det kan være et debatindlæg, en fagtekst eller en personlig beretning.

Forløbet er en del af et samlet materiale, der er udviklet i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden. Foruden dette forløb findes også et forløb med fokus på alkohol.

[Se forløbet "Om alkohol" her](#)

Baggrund for forløbet

I 2023 var det 31 % af de 15-17-årige, der røg eller brugte et nikotinprodukt enten dagligt eller af og til. Cigaretter var mest udbredt, men snus og vapes er også blevet populære, og det starter allerede i grundskolen. Blandt elever i 9. klasse var det i 2022 12-13 % af eleverne, der enten røg cigaretter eller brugte snus dagligt, ugentlig eller sjældnere. Og 12 % af eleverne i 9. klasse havde brugt e-cigaretter indenfor den seneste måned.

Forløbet har til formål at forebygge, at børn og unge ryger og bruger nikotinprodukter. Forløbet er udviklet med fokus på viden og tematikker om røg og nikotin, som kan lede til refleksion og fordybelse, og som i sidste ende kan styrke elevernes handlingskompetence i forhold til at sige fra overfor røg og nikotin eller nedsætte deres forbrug.

Forløbet har fokus på de produkter, der er mest udbredte blandt unge i Danmark:

- Cigaretter, som indeholder både tobak og nikotin
- Vapes, som indeholder nikotin

- Nikotinposer, som indeholder nikotin.

I forløbet kaldes nikotinposer for snus, fordi de ligner snus, og det er dét begreb, unge bruger. Svensk snus indeholder både tobak og nikotin, men er ulovligt at sælge i Danmark, og derfor er det ikke særlig udbredt.

I forløbets tekst med fakta om røg og nikotin findes uddybende info om cigaretter, vapes og nikotinposer.

Opbygning, indhold og arbejdsformer

Forløbet består af tre kapitler, der med udgangspunkt i film, tekst og lyd lægger op til analyse, fortolkning, kritisk tænkning og diskussion for at engagere eleverne og fremme deres refleksion og handlekompetence. I forløbet gøres eleverne blandt andet aktive gennem aktiviteter, der sikrer, at alle får mulighed for at udtrykke deres tanker og forholde sig til de præsenterede problemstillinger uden nødvendigvis at skulle tale foran hele klassen.

Gennem arbejde i grupper, i makkerpar og i klassen udforsker, undersøger, analyserer og diskuterer eleverne fiktion og fakta om røg og nikotin, samt hvordan f.eks. markedsføring og gruppepres kan forme deres egne holdninger og beslutninger.

Fokus i de tre kapitler er:

- **Kapitel et:** Ved hjælp af en kort film med eksperter og unge samt efterfølgende gruppearbejde og diskussioner kan eleverne få indsigt i konsekvenserne af at ryge og bruge nikotinprodukter i en ung alder.
- **Kapitel to** præsenterer eleverne for et fiktivt marketingsmøde om Nikobasse, der er en samling af røg- og nikotinprodukter (cigaretter, vapes og snus). Her fokuseres på filmanalyse, faglige begreber, sprogbrug og lovtekster og på at bevidstgøre eleverne om den markedsføring, de bliver udsat for.
- **Kapitel tre** tager udgangspunkt i en novelle, der blandt andet omhandler gruppepres og fællesskaber samt en podcast, der zoomer ind på afhængighed. Eleverne skal læse, lytte, analysere og diskutere, og de skal

forholde sig til, hvordan de i klassen kan skabe gode fællesskaber med plads til forskellighed.

Medbestemmelse, tilpasning, op- og nedskalering

Igennem forløbet findes mange muligheder for at vælge, hvilke øvelser og aktiviteter det giver mening at arbejde med i netop jeres klasse.

Der præsenteres f.eks. flere muligheder for indledende dialoger om røg og nikotin i kapitel et, forskellige typer af opgaver om "Gode fællesskaber" i kapitel tre, og der lægges op til, at eleverne afslutningsvis kan vælge at arbejde med forskellige teksttyper. Undervejs kan I f.eks. justere tidsforbruget ved at lade forskellige grupper arbejde med forskellige dele af film- og novelleanalysen, ligesom det er muligt at udvælge enkelte eller alle trin i arbejdet med podcasten.

Hvis I ikke har tid til at anvende forløbet i fuld længde, kan I vælge et eller flere kapitler og dermed fokusere specifikt på f.eks. fakta om røg og nikotin, markedsføring eller fællesskaber, gruppepres og afhængighed.

Tag højde for elevernes erfaringer med røg og nikotin

Det kan være meget forskelligt, hvilke erfaringer eleverne har med røg og nikotin på de forskellige klassetrin. Ligeledes kan der være én klasse, hvor det er meget udbredt og en anden klasse på samme trin, hvor ingen bruger nikotinprodukter. Det skal der tages højde for, når du vælger forløbet.

Overvej, hvornår det er et passende tidspunkt for klassen at arbejde med forløbet. Det er fint at bruge forløbet i en klasse, hvor ingen bruger nikotinprodukter for at forebygge start. Men hvis eleverne ikke kender ret meget til nikotinprodukter, kan du overveje at vente lidt med at køre forløbet for ikke at inspirere til forbrug.

Elevernes erfaringer skal altså danne udgangspunkt for klassens arbejde med forløbet. Det kan derfor være relevant at tilpasse nogle af forløbets diskussioner og øvelser til klassens behov og elevernes erfaringer, f.eks. ved at udvælge de udsagn og spørgsmål eleverne skal diskutere i de forskellige aktiviteter, f.eks. "Enig-uenig" i kapitel et.

Faglig forankring – Fælles Mål

Dansk

Forløbet er forankret i danskfaget med primært udgangspunkt i kompetenceområderne *Fortolkning* og *Kommunikation*. Undervejs skal eleverne blandt andet analysere, vurdere og diskutere og arbejde med fokus på at udtrykke sig både kropsligt og mundtligt. Desuden skal de arbejde med begreberne målgrupper og budskaber samt forholde sig til den påvirkning, markedsføring kan have.

Eleverne arbejder med dialog, holdninger og kritisk tænkning og bliver igennem forløbet rustet til at reflektere over og tage stilling til, hvordan deres valg bliver påvirket af f.eks. markedsføring, kammerater og familie. Forløbet fokuserer på at styrke elevernes evne til at anvende, forstå, gennemskue og diskutere sproglige og visuelle virkemidler i forskellige tekster og medier, ligesom de igennem forløbet sættes i situationer, hvor de kan eksperimentere med, undersøge og vurdere egen og andres kommunikation.

Desuden arbejdes der med filmanalyse og analyse af en novelle samt fremstilling af tekster med udgangspunkt i forskellige teksttyper.

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

I forløbet indgår desuden kompetenceområdet *Sundhed og trivsel* i det obligatoriske emne sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab, der handler om at kunne forklare og fremme sundhed og trivsel i eget liv og på skolen.

Forløbet lægger vægt på sundhed og livsstil, når der zoomes ind på sundhedsmæssige konsekvenser ved brugen af røg og nikotin, og når der fokuseres på at styrke elevernes kritiske sans overfor markedsføring. Der arbejdes desuden med grænser, følelser, venskaber og relationer, f.eks. i forbindelse med forløbets fokus på fællesskaber og gruppepres, der kan spille en stor rolle i forbindelse med unges brug af røg og nikotin.

Inddrag forældrene

Forældrene kan med fordel inddrages i klassens arbejde med forløbet, så de kan støtte op om temaet med snakke og eventuelle aftaler om røg og nikotin derhjemme. I forløbets afsluttende kapitel lægges der op til, at eleverne med udgangspunkt i deres arbejde med podcasten skal interviewe deres forældre eller andre voksne. Eleverne kan også opfordres til at lytte til podcasten i selskab med deres forældre. På den måde kan podcasten blive en indgangsvinkel til en snak om røg og nikotin i hjemmet.

Forældrene kan også inddrages på et forældremøde, hvor elevernes tanker om gode fællesskaber med plads til at sige til og fra kan præsenteres og danne udgangspunkt for en snak forældrene imellem.

I partnerskabet Røgfri Fremtid er der desuden udviklet et inspirationsmateriale til brug ved forældremøder. Materialet er gratis og består blandt andet af en powerpoint-præsentation, skabelon til en fælles aftale om røg og nikotin samt dialogkort.

[Find materialet til forældremøder på cancer.dk](https://cancer.dk)

Tekster, der indgår i forløbet

Non-fiktion – skrevne tekster

- Lovtekst: Uddrag af Lov om forbud mod tobaksreklamer, kapitel 2, §3,4,5 og 5a (retsinformation.dk)
- Lovtekst: Uddrag af Lov om elektroniske cigaretter, kapitel 6, §15 og kapitel 7, §18a, stk. 1 (retsinformation.dk)
- Artikel: *Fakta om røg og nikotin*, Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden, 2025

Non-fiktion - andre udtryksformer

- Film: *Om nikotin*, Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden, 2025
- Podcast: *Rose og Vanessa fortæller om deres oplevelser med nikotin*, Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden, 2025

Fiktion

- Film: *Nikobasse*, Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden, 2025
- Novelle: *Bare et sug*, af Franz M.H. Bomberg, Kræftens Bekæmpelse og TrygFonden, 2025

Yderligere viden og inspiration

Herunder er indsat links til en række materialer, hvor du kan finde yderligere viden og inspiration:

- [Unge og nikotin 2024 \(PDF\)](#)
- [SRØG undersøgelsen 2023 \(sdu.dk\)](#)
- [Skolebørnsundersøgelsen 2022 \(sdu.dk\)](#)

Lærervejledning til kapitler

Kapitel 1 · Til læreren

Om kapitel 1



Kapitel 2 · Til læreren

Om kapitel 2



Kapitel 3 · Til læreren

Om kapitel 3



Fag

Dansk

Klassetrin

7. kl. · 8. kl. · 9. kl.

Varighed

Ca. 6 Lektioner