

INZETTEN OP ROKEN IN JE ORGANISATIE. WAAROM EN HOE?

TOOLKIT VOOR EEN GESPREK ROND ROKEN

Als professionals de mensen waarmee ze in contact komen aanspreken is de kans groter dat mensen iets aan hun rookgedrag doen.

Zelfs een kort gesprek van 30 seconden is nuttig. Ongeveer 40% van de rokers doet een stoppoging omdat ze aangesproken zijn.

Geen je medewerkers de ruimte om het gesprek aan te gaan. Dat doe je door duidelijk aan te geven, dat dit van hen verwacht wordt, hen deskundig te maken om dit ook effectief te doen en materiaal te overzien die hen hierbij kan ondersteunen.

Waarom je medewerkers ondersteunen om het gesprek rond roken aan te gaan?

Rokers die stoppen hebben minder kans om geconfronteerd te worden met de gevolgen van roken

CIJFERS

WERELDWIJD



1,1 MILJARD
rokers

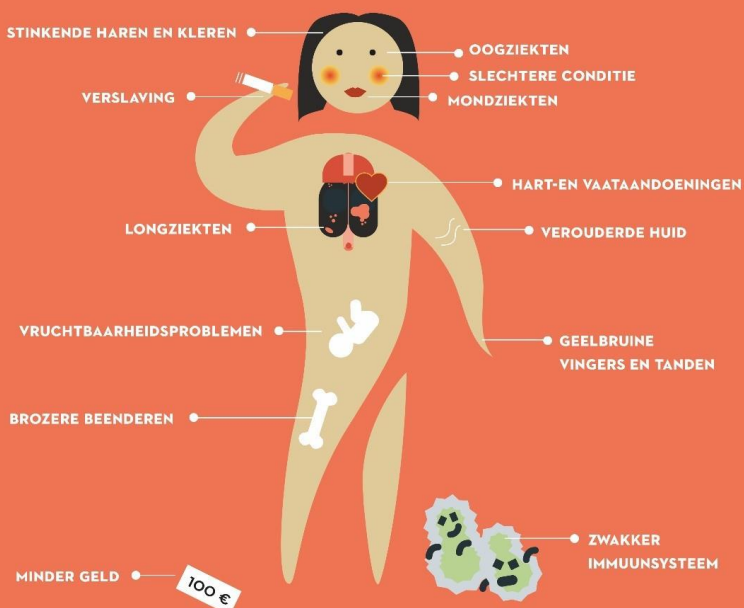
VLAANDEREN



7800/JAAR
OF
21/DAG

doden door tabak

GEVOLGEN VAN ROKEN



© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2018

**GEZOND
LEVEN**

Mensen die roken aanspreken helpt

Uit onderzoek uit 2022 blijkt dat **42.9% van de dagelijkse rokers het komende jaar wil stoppen**.

Als je medewerkers rokers aanspreken, kan dit het duwtje zijn die dat nodig is om effectief te stoppen met roken.

Dat hoeft om zicht niet lang te duren. Een gesprek rond roken en rookstop kan op een heel korte manier in minder dan een minuut. Maar je medewerkers kunnen ook een langer gesprek voeren. Een langer gesprek verhoogt het succes op een rookstop. De regel is dan ook bij elk gesprek:

In 30 seconden als het moet, langer als het kan.

Ook een gesprek van

30

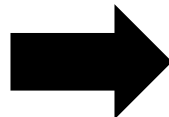
SECONDEN

heeft impact en verhoogt de kans om stoppen met 1.5 keer

Hoe je medewerkers ruimte en ondersteuning geven om te praten over roken?

Drempels om het gesprek aan te gaan

1. Ik heb geen tijd
2. Gebrek aan kennis
3. Denken dat mensen niet willen stoppen
4. Gebrek aan steun van collega's en leidinggevenden



Oplossingen

- Bed het gesprek in de routine
- Training heeft een positieve impact op het aanspreken en doorverwijzen rond rookstop, dit geldt ook voor e-learning
- Leiderschap en engagement zijn belangrijke elementen om medewerkers mensen te laten aanspreken

Oplossingen omzetten naar acties

Door in te zetten op onderstaande elementen empoweren je medewerkers en geef hen de mogelijkheid om het gesprek aan te gaan. Zet acties op uit elke van onderstaande een categorieën. Zo verhoog je de kans op succes. In de toolkit vindt je materialen om deze acties direct in de praktijk te brengen.



Educatie (en sensibiliseren)

- ▶ Communiceer herhaaldelijk naar de medewerkers dat je verwacht dat ze het gesprek rond roken aangaan
- ▶ Organiseer vormingen of intervisies voor je medewerkers om het gesprek aan te gaan.
- ▶ Hang communicatiemateriaal op in de wachtkamer om te laten zien dat rokers kunnen aangesproken worden.



Afspraken en regels

- ▶ Neem in de functieprofiel op dat ze het gesprek aangaan.
- ▶ Leg in procedures vast dat er over roken gesproken wordt vb. bij elke intake.



Omgeving aanpassen

- ▶ Hang herinneringen op voor de medewerkers om het gesprek aan te gaan vb. een poster of een pop-up op schermen
- ▶ Laat het onderwerp regelmatig terugkomen op teamvergaderingen
- ▶ Neem roken op als standaard item in het dossier.



Zorg en begeleiding

- ▶ Ondersteun medewerkers die aangeven het mogelijk te hebben met mensen aan te spreken.
- ▶ Ondersteun medewerkers die aangeven te willen stoppen met roken naar rookstophulp.

Meer over mensen aanspreken: www.motiverentotrookstop.be

Meer over een rookbeleid op het werk: www.gezondwerken.be