

# DE GEDEELDE ROOKSTOP- BOODSCHAP VOOR ROKENDE MAMA'S EN PAPA'S (IN SPE)



Vlaanderen  
is zorg

VLAAMS INSTITUUT  
GEZOND  
LEVEN

Beste,

In oktober 2021 werd 'Rookvrije Start' gelanceerd, een veelbelovend project dat rokende (aanstaande) ouders – via zorgprofessionals – wil helpen om de sigaret af te zweren.

## **Project 'Rookvrije Start' in een notendop**

Mama's die roken voor, tijdens of na de zwangerschap, stellen hun baby bloot aan grote risico's. Maar ook partners die in de buurt van het (ongeboren) kind roken, kunnen de baby schade toebrengen. Toch roken Vlaamse (aanstaande) mama's en papa's nog regelmatig, vaak zijn dat mensen in een maatschappelijk kwetsbare situatie. 'Rookvrije Start' wil daar verandering in brengen. Het project streeft ernaar dat **meer (aanstaande) ouders stoppen met roken en rookvrij blijven**.

*Want elk kind verdient een rookvrije start!*

Om dat doel te bereiken zetten we in op uiteenlopende zaken. We willen de kennis, vaardigheden en attitude van professionals verhogen, en de gedragenheid en ondersteuning door (beroeps)organisaties vergroten. Daarnaast streven we naar rookstopbegeleiding op maat en afstemming en interdisciplinaire samenwerking. Tot slot willen we enkele beleidsaanbevelingen doen.

## **Ondersteuningsmaterialen**

Of een zwangere of pas bevallen vrouw en haar partner nu bij de gynaecoloog of huisarts langsgaan, maakt niet uit. Wat wél telt, is dat elke zorgprofessional hetzelfde verhaal vertelt.

*Het is belangrijk dat ze overal dezelfde boodschap over rookstop krijgen!*

Om rookstop te bespreken met rokende mama's en papa's (in spe) werden er i.s.m. de Taskforce Rookvrije Start enkele ondersteuningsmaterialen ontwikkeld. Zo helpt de '**gespreksmethodiek Rookvrije Start**' je om stapsgewijs rookstop te bespreken. De '**infographics**' rond (mee)roken en '**de verhaalprenten**' helpen jou om dat gesprek visueel te ondersteunen.

## **Ter info**

Benieuwd welk rookstopadvies je precies kan geven op welk moment? Bekijk dan de pdf met het rookstopadvies voor mannen en vrouwen voor, tijdens en na de zwangerschap. Weet je graag meer over de gevolgen van roken en het gebruik van nicotinevervangers tijdens de zwangerschap? Hier volgt een bundeling van interessante achtergrondinfo. Ideaal als je je wil inlezen in het thema:

- ▷ Factsheet: wat zijn de gevolgen van roken op de vruchtbaarheid?
- ▷ Factsheet: wat zijn de gevolgen van roken tijdens de zwangerschap op korte termijn?
- ▷ Factsheet: wat zijn de gevolgen van roken tijdens de zwangerschap op lange termijn?
- ▷ Praktijkadvies: zijn nicotinevervangers veilig tijdens de zwangerschap?

Wil je meer weten over de risico's van roken vóór, tijdens en na de zwangerschap? Of wil je motiverende gesprekstechnieken eigen maken? In de e-learning leer je er alles over.

*Infographic, factsheet, e-learning... Je vindt alles terug op [www.rookvrijestart.be](http://www.rookvrijestart.be).*

Alvast bedankt voor jullie inzet voor een Rookvrije Start voor elk kind!

Vriendelijke groeten,

ROOKVRIJE  
START

