

INZETTEN OP ROKEN IN JE ORGANISATIE: WAAROM EN HOE?

TOOLKIT VOOR EEN GESPREK OVER ROKEN

Als professionals de mensen waarmee ze in contact komen aanspreken, is de kans groter dat die 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 werden aangesproken.

Geef 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 voorzien dat hen hierbij kan ondersteunen.

Waarom je medewerkers ondersteunen om het gesprek over 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

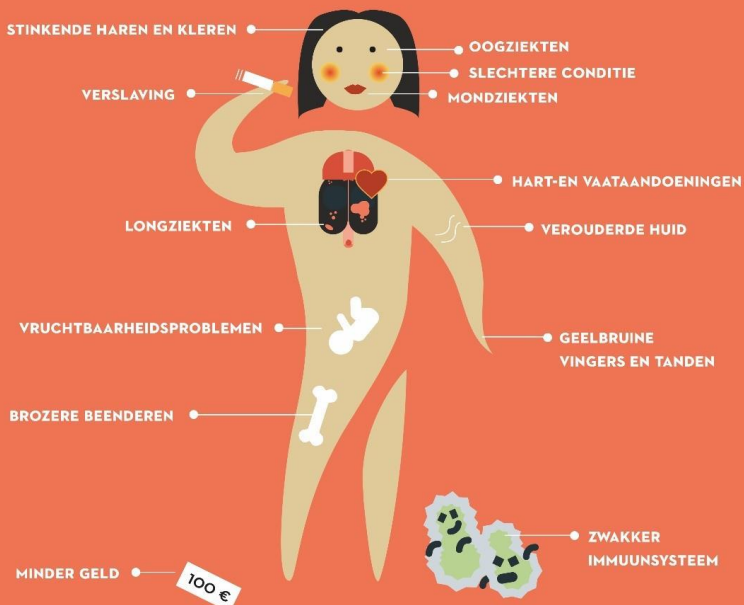
VLAANDEREN



7800/JAAR
OF
21/DAG

doden door tabak

GEVOLGEN VAN ROKEN



© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2018

**GEZOND
LEVEN**

Rokers 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 dat nodig is om effectief te stoppen met roken.

Dat hoeft niet lang te duren. Een gesprek over roken en rookstop kan in minder dan een minuut.

Maar je medewerkers kunnen ook een langer gesprek voeren. Een langer gesprek verhoogt het succes op rookstop. Bij elk gesprek is de regel dan ook:

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

Ook een gesprek van

30

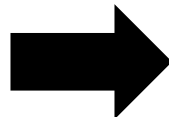
SECONDEN

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

- Maak het gesprek onderdeel van de gewone routine
- Training heeft een positieve impact op het aanspreken en doorverwijzen, 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 empower je je medewerkers en geef je hen de mogelijkheid om het gesprek aan te gaan. Zet acties op uit elk van onderstaande categorieën. Zo verhoog je de kans op succes. In de toolkit vind 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 het functieprofiel op dat ze het gesprek aangaan.
- ▶ Leg in procedures vast dat er over roken gesproken wordt bv. bij elke intake.



Omgeving aanpassen

- ▶ Hang herinneringen op voor de medewerkers om het gesprek aan te gaan bv. 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 moeilijker te hebben met mensen aan te spreken.
- ▶ Verwijs medewerkers die aangeven te willen stoppen met roken door naar rookstophulp.

Meer over mensen aanspreken: www.motiverentotrookstop.be

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