



Onderzoek
naar welzijn,
zorg &
verslaving



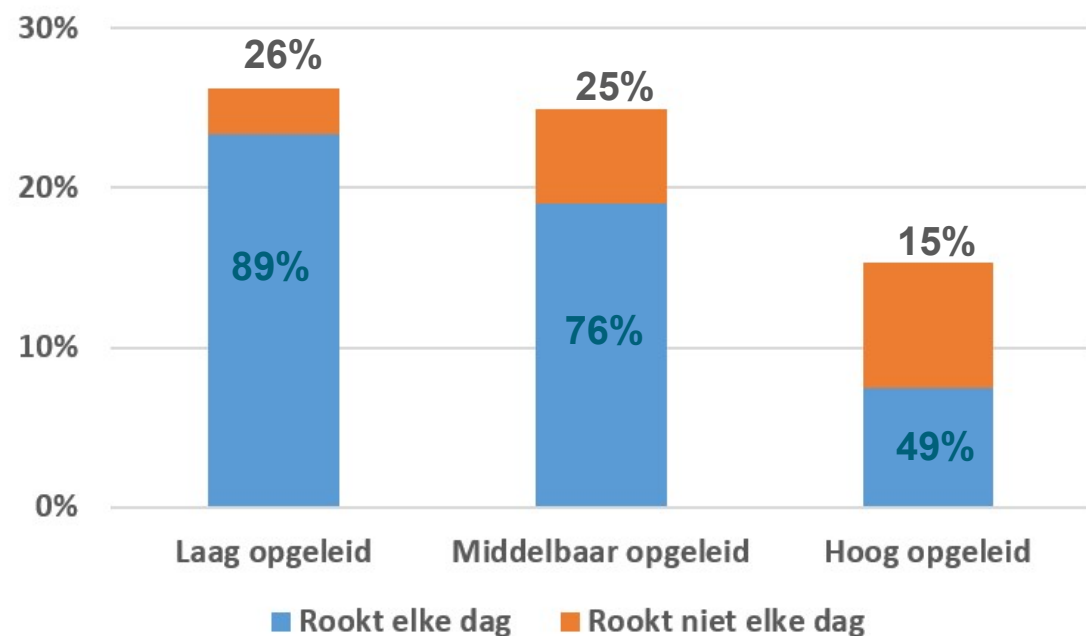
Stoppen met roken in de wijk en op het werk voor mensen in een kwetsbare positie



Prof. dr. Gera Nagelhout

 @GeraNagelhout

Roken naar opleidingsniveau



Laag opgeleid: Basisonderwijs,
LBO, MAVO of VMBO

Middelbaar opgeleid: MBO, HAVO
of VWO

Hoog opgeleid: HBO of universiteit

Bron: Trimbos-instituut,
Kerncijfers roken 2019

Sociaaleconomische verschillen blijven in stand

Lagere sociaaleconomische
positie

Meer mensen in de
omgeving die roken

Vroeg beginnen met roken

Minder zelfcontrole

Meer stressoren in
het leven

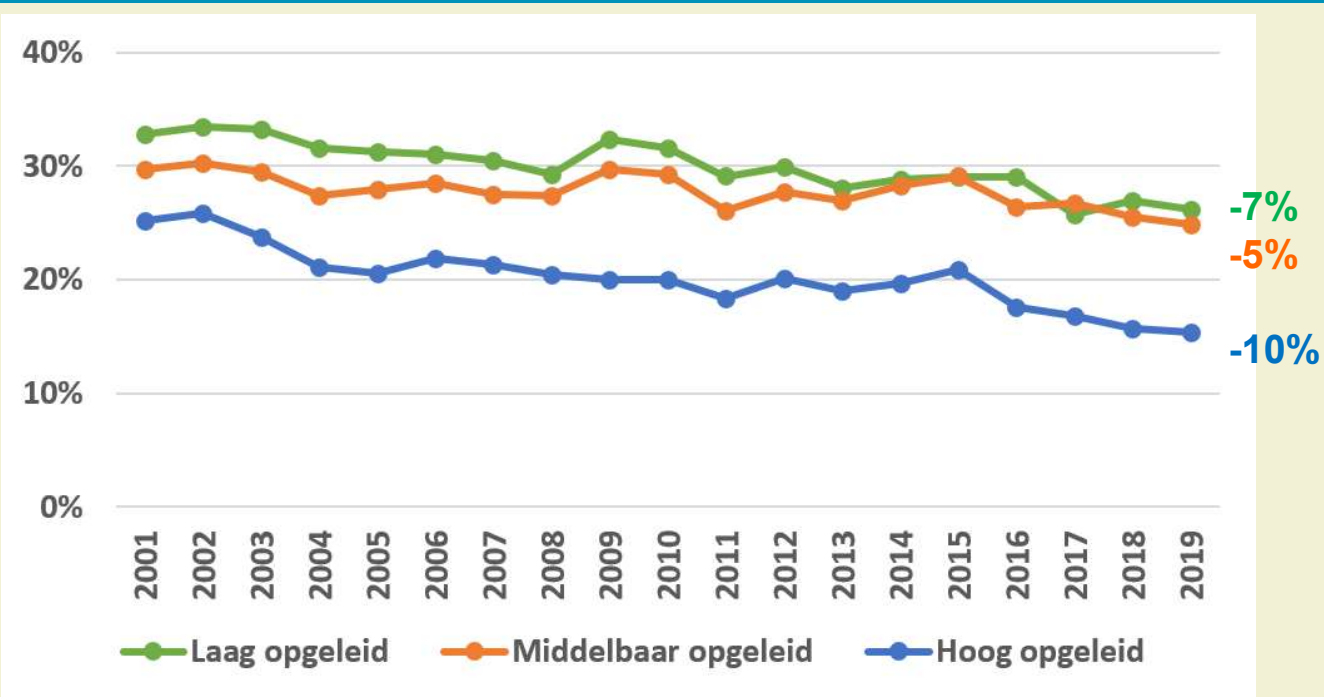


Sterkere nicotineverslaving

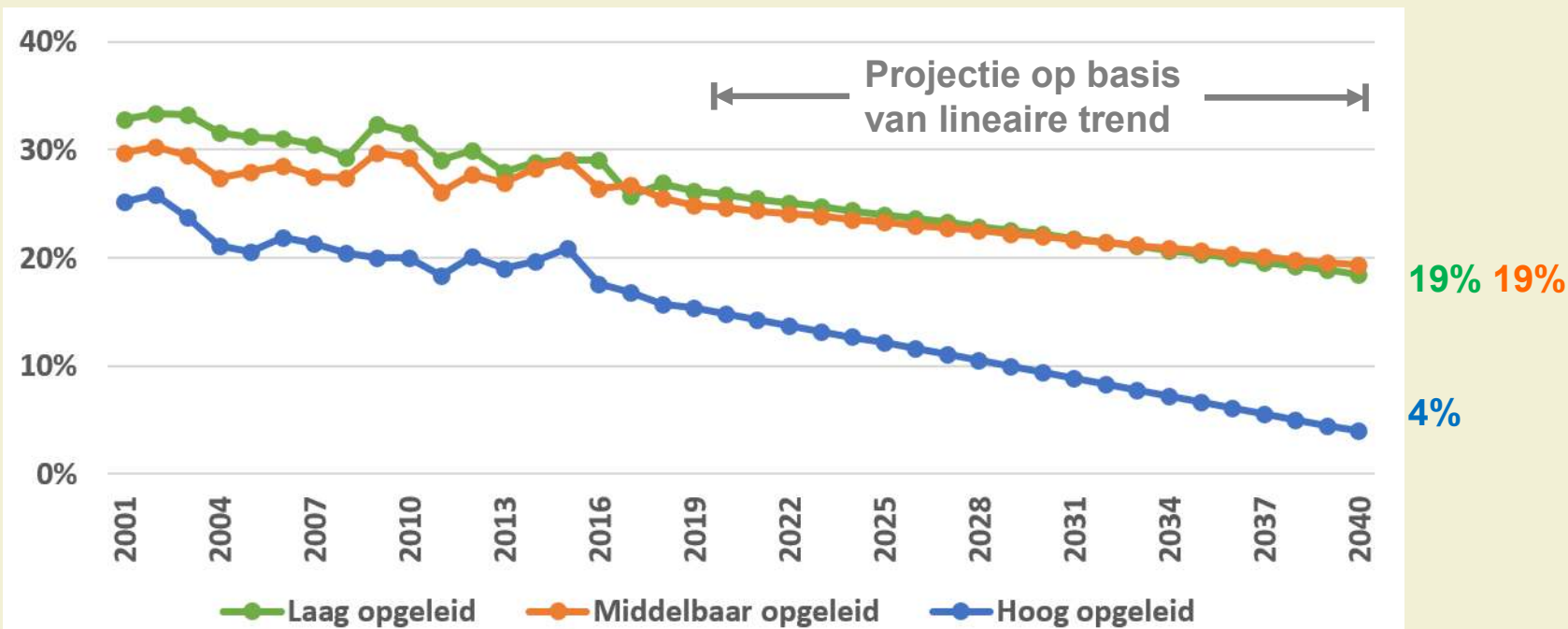
Minder sociale steun
om te stoppen

Lagere eigen effectiviteit om te stoppen

Trends in roken naar opleidingsniveau



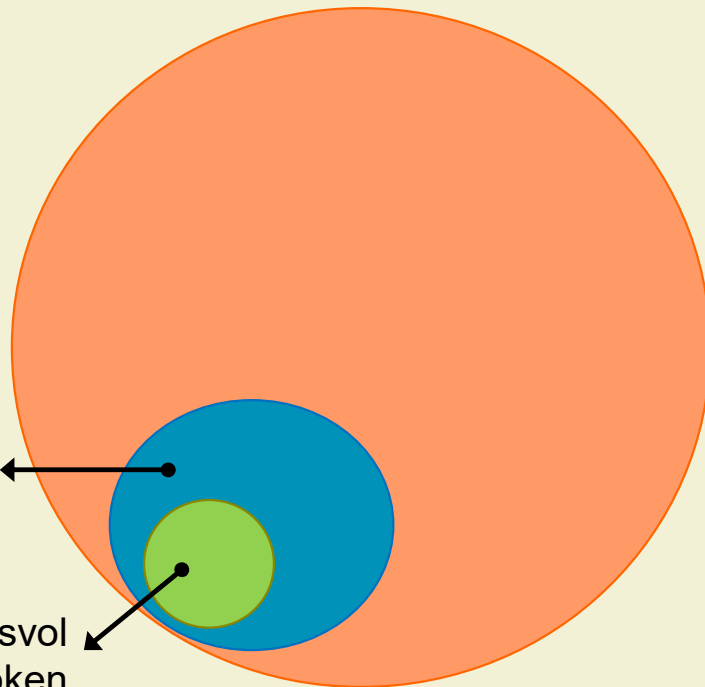
Trends in roken naar opleidingsniveau



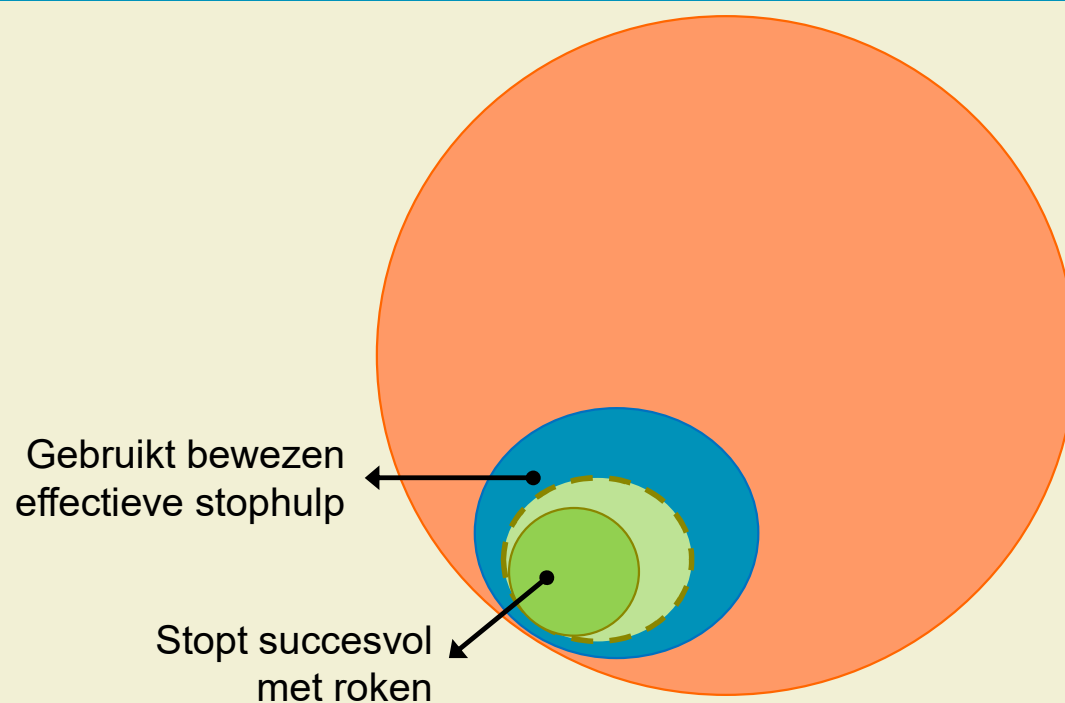
Wat kunnen we doen?

Gebruikt bewezen
effectieve stophulp

Stopt succesvol
met roken



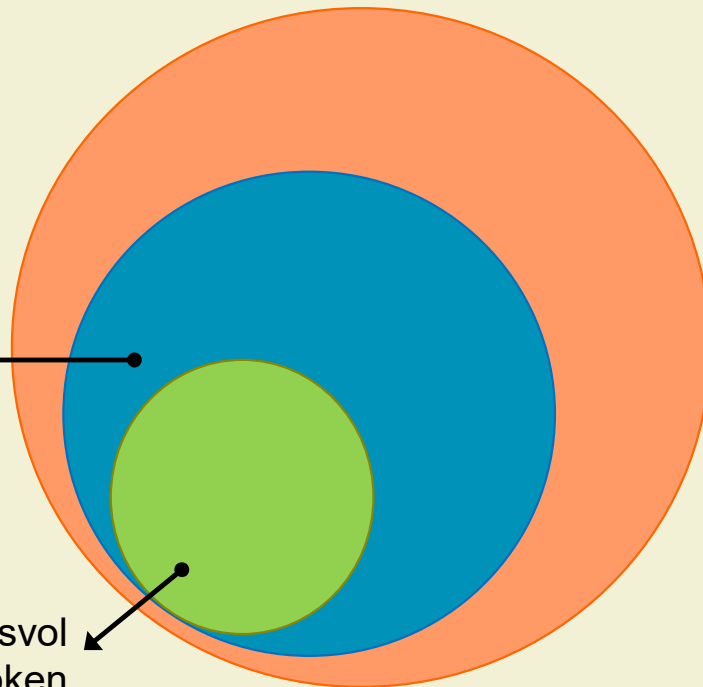
Wat kunnen we doen?



Wat kunnen we doen?

Gebruikt bewezen
effectieve stophulp

Stopt succesvol
met roken





Onderzoek
naar welzijn,
zorg &
verslaving

Maar hoe dan?



Actief op mensen af



Persoonlijk



Samen



Onderzoek
naar welzijn,
zorg &
verslaving



Twée voorbeelden





Onderzoek
naar welzijn,
zorg &
verslaving



Wijkchallenge Samen Stoppen



- Actieve werving: De wijk in! (gezondheidscentrum, moskee)
- Persoonlijke benadering via bekende en vertrouwde personen
- Direct samen registratie invullen en daarna contact voor start
- Samen stoppen met roken met mensen uit je eigen wijk
- Betrokken trainers die ook persoonlijke aandacht geven.

indigo>



Gemeente Den Haag



Gemeente Utrecht



Onderzoek
naar welzijn,
zorg &
verslaving



**“Dat je ineens het gevoel hebt...
ik woon in een soort dorp met mensen
die ook zijn gestopt en die weten dat ik
ben gestopt, dus dat helpt wel.”**



Onderzoek
naar welzijn,
zorg &
verslaving

Samen Sterker Stoppen



- Samen stoppen met roken met collega's (sociale steun en druk)
- Wees niet bang voor (extrinsieke) beloningen, het werkt!
- Mix van communicatiemiddelen (posters, bijeenkomsten, persoonlijk)
- Individuele, actieve en persoonlijke werving door teamleiders
- Geef expliciete toestemming voor deelname.





Onderzoek
naar welzijn,
zorg &
verslaving



“Iemand binnen het bedrijf moet tijd en aandacht investeren in het persoonlijk uitnodigen van werknemers. Laat merken dat meedoen wordt gewaardeerd. En vraag de werknemer die stopt met roken eens een extra keer hoe het gaat.”



Onderzoek
naar welzijn,
zorg &
verslaving



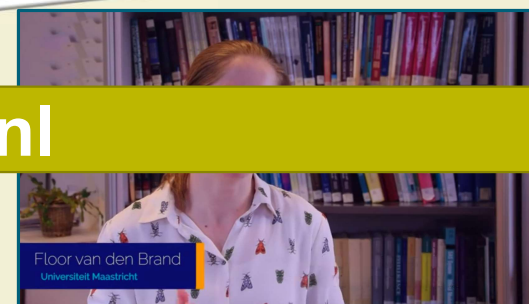
Meer weten?

Bedankt voor jullie aandacht!



www.ivo.nl

Dus beloon collega's als het hen lukt om te stoppen!



nagelhout@ivo.nl



[@GeraNagelhout](https://twitter.com/GeraNagelhout)