Hoe stimuleer je stoppen met roken op de werkplek?

Webinar “Onderweg naar jouw rookvrije werkomgeving”

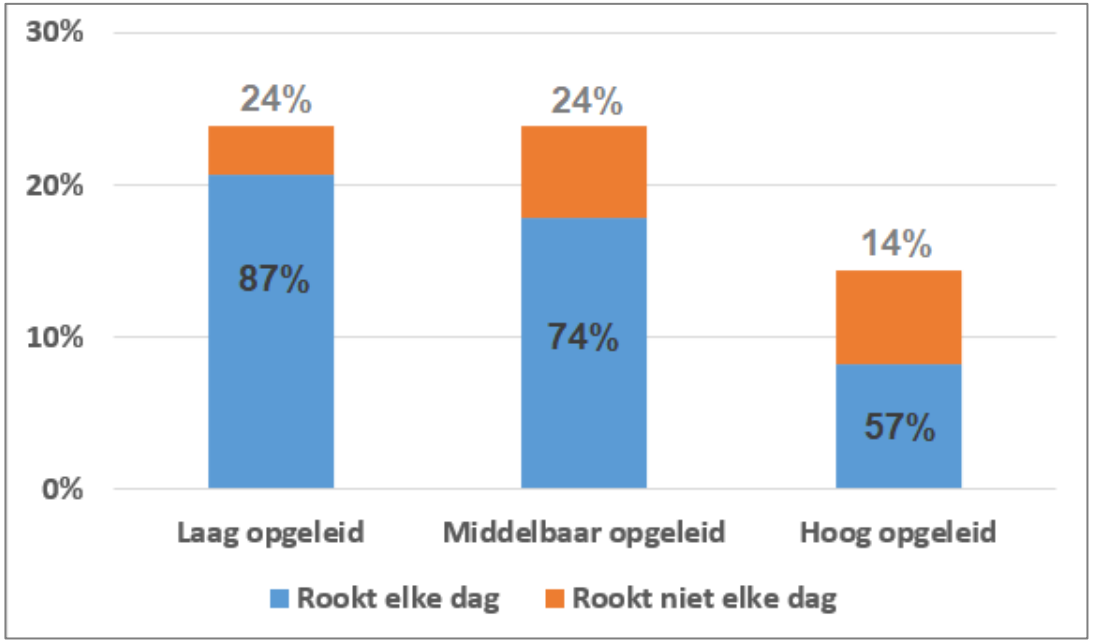
Dr. Floor van den Brand

30 september 2021

Maastricht University | Maastricht UMC+

Waarom stoppen met roken?

- Roken veroorzaakt kanker, longziekten en hart- en vaatziekten
- Lagere levensverwachting en minder gezonde levensjaren



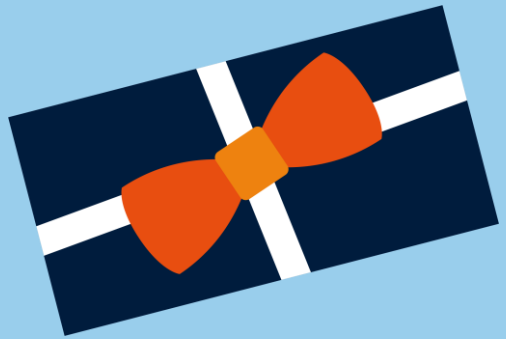
Bron: Trimbos-instituut, Kerncijfers roken 2020

Wat levert stoppen met roken op?

Een effectieve stopmethode is nodig

- 4 van de 5 wil stoppen
- Gedragsmatige ondersteuning en medicatie effectief
- Barrières om te stoppen met roken
- Werkplek is geschikte omgeving

Zijn beloningen effectief om werknemers te helpen stoppen met roken?



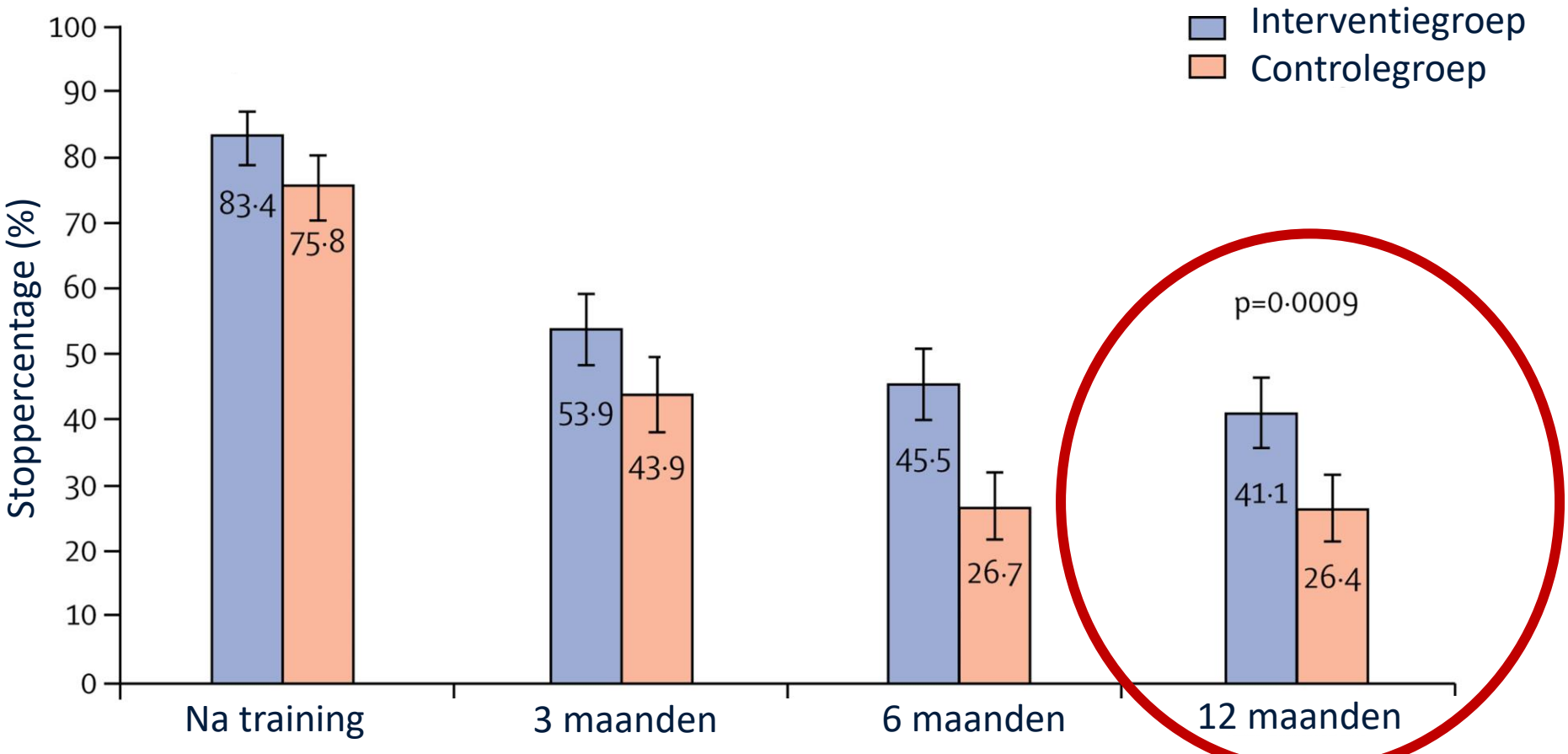
Design

61 bedrijven
(604 werknemers)

Loting

	Interventiegroep		Controlegroep
	Groepstraining		Groepstraining
Na training	Vragenlijst + meting	€50	Vragenlijst + meting
3 maanden	Vragenlijst + meting	€50	Vragenlijst + meting
6 maanden	Vragenlijst + meting	€50	Vragenlijst + meting
12 maanden	Vragenlijst + meting	€200	Vragenlijst + meting

Cadeaubonnen verhogen stopsucces



Trainingen met beloningen toepassen:

Wat zijn belemmerende factoren volgens werkgevers?

Reacties van niet-rokende collega’s op beloningen

“Ik zie de groep dus al komen: ‘Ja, ja, nu geef je hen een cadeau van 150 Euro, en ik dan? Hoe word ik dan beloond? Omdat ik niet rook, al jaren niet.’”

Negatieve reacties op cadeaubon: misverstand

Reacties op cadeaubonnen:

- 7 op de 10 deelnemers kregen *positieve reacties* van collega's
- 8 op de 10 deelnemers kregen *zelden tot nooit* negatieve reacties.

Reacties op deelname aan training:

- 9 op de 10 deelnemers kregen *positieve reacties* van hun collega's over hun deelname.

Bekijk de ervaringen met belonen van Jumbo Supermarkten op samensterkerstoppen.nl

Hoe zorg je dat medewerkers meedoen met het stoppen-met-rokenaanbod?

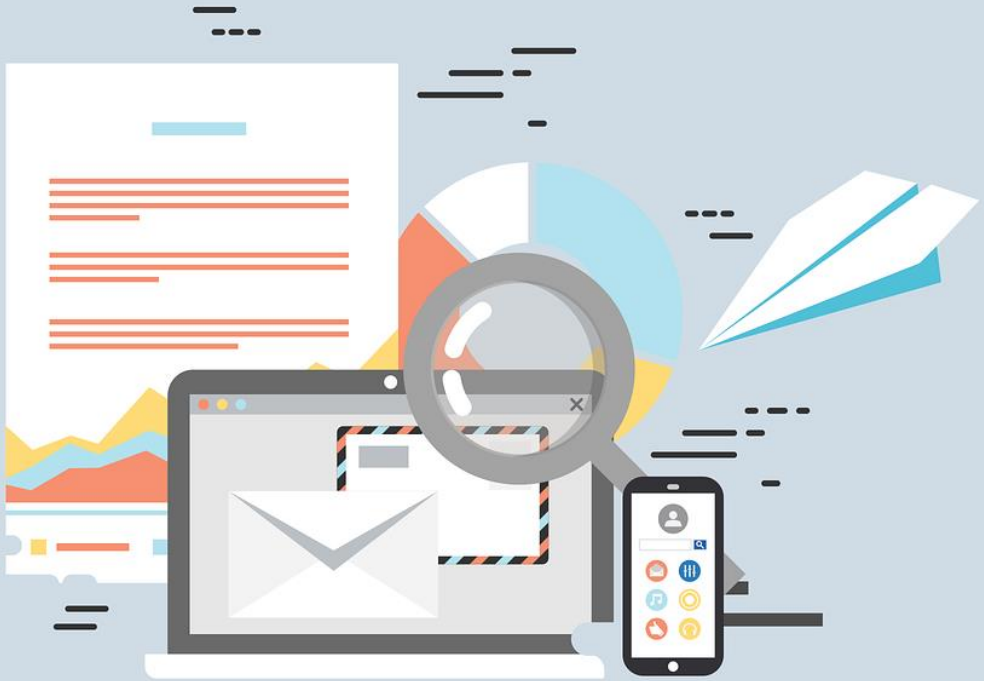
Een case study

Organisatie X:

- Zorginstelling
- 3000 medewerkers
- 600 rokers
- Rookvrij in 2022
- Groepstraining

Promotieactiviteiten organisatie X

- Digitale nieuwsbrief
- Intranet
- Interne facebookpagina
- Informatiesessie (2x)
- Nieuwsbrief voor leidinggevenden



Hoeveel medewerkers hebben zich aangemeld voor de training?

Resultaat promotieactiviteiten

→ Slechts 8 van de 600 rokende werknemers meldden zich aan!

Wat had de organisatie anders of beter kunnen doen?

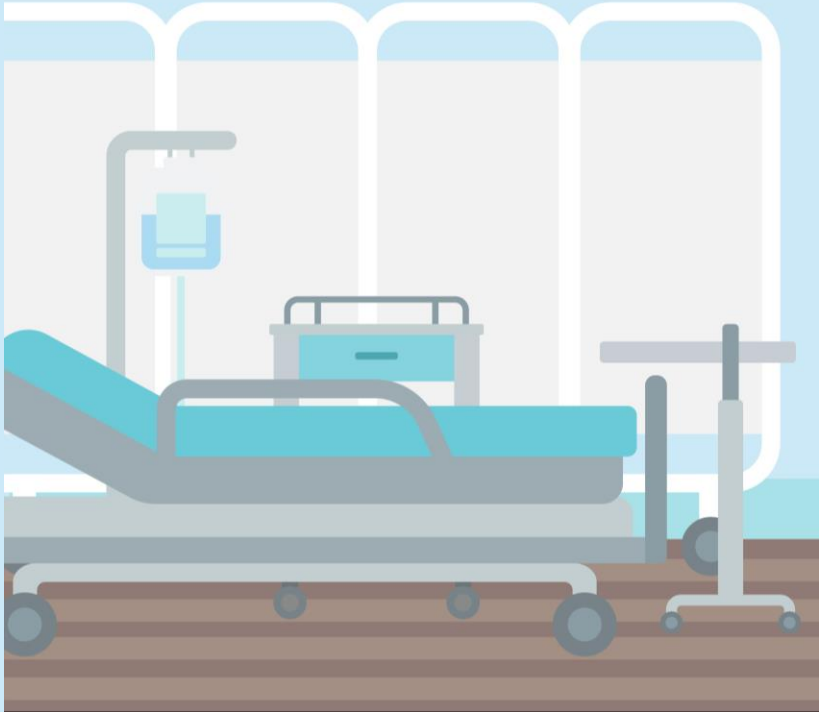
Analyse achteraf

- **Alleen online communicatie en voornamelijk passief**

- Het overgrote deel van de medewerkers verzorgt cliënten, zij zien geen intranet, e-mail of facebook.

- Medewerkers zijn niet gewend om online te werken

- De managers waren alleen per mail geïnformeerd en niet gestimuleerd om medewerkers te actief te benaderen



Hoe stimuleer je dat medewerkers meedoen?

Een actieve, persoonlijke benadering is nodig om mensen over de streep te trekken

- Online en offline kanalen
- Informatiebijeenkomst tijdens werktijd
- Actievere rol leidinggevenden
- Medewerkers persoonlijk benaderen
- Financiële beloningen

Pantar
Als je het beperkt tot papiertjes ophangen
op een prikbord of bij het koffiezetapparaat, ...

www.samensterkerstoppen.nl

Waarom stoppen?

Afval- en energiebedrijf AVR heeft stoppen-met-rokentrainingen met beloningen succesvol toegepast. Bekijk hier hun ervaringen.

"De hele tendens in de maatschappij is natuurlijk: het langer doorwerken, het langer gezond voor jezelf kunnen zorgen, zo min mogelijk kosten moeten maken op je gezondheid. Waarom dan niet investeren in de personen waardoor ze langer doorkunnen?" - Deelnemer aan een groepstraining stoppen met roken van afval- en energiebedrijf AVR.

- Doe het voor uw medewerkers
- Vergroot de duurzame inzetbaarheid
- Stoppen met roken loont
- Samen sta je sterk
- Verbeter de werksfeer

Waarom belonen?

Bekijk hier waarom Jumbo Supermarkten beloningen heeft toegepast en wat de reacties daarop waren.

"Ik wil best investeren in de gezondheid van mijn medewerkers, dat vind ik heel belangrijk. Maar dan wil ik ook de grootst mogelijke kans op succes. De reden waarom wij voor beloningen gekozen hebben is omdat wij begrepen hebben dat dit echt een waardevolle bijdrage is aan de motivatie van de kandidaten om daadwerkelijk te stoppen met roken." - Jelke Bouma, Jumbo Supermarkten

Maximaliseer de slagingskans

Ondersteun de intrinsieke motivatie

Maak een statement

Vier het stopsucces

Sluit aan bij de Rookvrije Generatie

FAQ

"De reacties van collega's op de beloningen waren over het algemeen positief. Mensen begrepen dat het helpt als stimulans en ze wilden ook dat wij gezonder werden."
- Medewerker Jumbo Supermarkten

- Waarom zou ik roken/ongezond gedrag belonen?
- Wat is een goede manier van belonen?
- Wat vinden niet-rokende collega's van belonen?
- Hoe weet ik of medewerkers echt gestopt zijn?
- Hoe kunnen beloningen gefinancierd worden?
- Wat krijgen niet-rokende medewerkers dan?

Webinar: Hoe zorg je dat medewerkers meedoen met het stoppen-met-rokenaanbod?

- Dinsdag 16 november 2021
- Gratis inschrijven op www.samensterkerstoppen.nl