

Rookvrije Ouders

Ouders doorverwijzen naar telefonische stoppen-met-roken coaching

Veel ouders willen stoppen met roken, maar vinden dit moeilijk, waardoor stoppogingen vaak mislukken. De telefonische coaching Rookvrije Ouders biedt ouders in minimaal 6 gesprekken effectieve stoppen-met-roken begeleiding.

Waarom rookvrije ouders?

- Uit wetenschappelijk onderzoek **effectief** gebleken om ouders te laten stoppen met roken.
- Je verwijst ouders **makkelijk** en **snel** door via een online aanmeldformulier.
- De coach neemt **binnen een week** contact op met ouders.
- Je ontvangt een **terugkoppeling** van de coach.

Verwijs ouders door:

- 1 Inventariseer bij ouders die willen stoppen met roken of ze door een stoppen-met-roken coach gebeld willen worden over de telefonische coaching Rookvrije Ouders. Ouders worden binnen één week gebeld en dit gesprek is **gratis** en **vrijblijvend**. Op de achterkant zie je een voorbeeld van hoe je dit gesprek over stoppen met roken kunt voeren.
- 2 Zijn ouders geïnteresseerd in de telefonische coaching Rookvrije Ouders? Vul hun gegevens in via de website www.rokeninfo.nl/rookvrijeouders.
- 3 Geef het informatiekaartje mee aan ouders. Hiermee kunnen ouders zichzelf ook op een later moment aanmelden als dat nog niet is gebeurd tijdens het gesprek. Dat kan via de website www.ikstopnu.nl/rookvrijeouders.

Gespreksvoorbeeld

Stap 1: Vraag toestemming/breng rookprofiel in kaart.

Mag ik het met je over roken hebben? Wordt er in de omgeving van jouw kind gerookt?

Stap 2: Stel de waaromvraag.

Kan je mij vertellen waarom je rookt? *Vat de redenen samen.*

Stap 3: Meet de motivatie.

Hoe graag wil je stoppen met roken op een schaal van 0-10? Waarom zou je willen stoppen met roken? *Bespreek voor- en nadelen.*

Stap 4: Meet het vertrouwen.

Hoe groot acht je de kans dat het stoppen met roken echt gaat lukken op een schaal van 0-10? *Bespreek de mogelijke barrières.*

Stap 5: Geef informatie, stopadvies en verwijs eventueel door.

Als ... adviseer ik je om te stoppen met roken. Ik weet dat stoppen niet gemakkelijk is. Maar je hoeft het niet alleen te doen! Wij werken samen met de telefonische coaches van Rookvrije Ouders. Mag ik jouw telefoonnummer doorgeven, zodat de coach je kan bellen en meer kan vertellen over de begeleiding? Dit kennismakingsgesprek is gratis. Tijdens dit gesprek kun je beslissen of je wilt starten met Rookvrije Ouders.

Meer weten over Rookvrije Ouders?

Bijvoorbeeld informatie over de vergoeding of de effectiviteit? Kijk dan op www.rokeninfo.nl/rookvrijeouders of neem contact op via rookvrijestart@trimbos.nl.

E-learning Rookvrije Start

Zorgprofessionals vinden het soms lastig om met ouders te praten over stoppen met roken. Vanuit de Taskforce Rookvrije Start zijn verschillende materialen ontwikkeld om zorgprofessionals te ondersteunen bij dit gesprek. Bijvoorbeeld de e-learning Rookvrije Start, waarin je leert hoe je ouders motiveert om te stoppen met roken. Ga voor meer informatie naar www.rokeninfo.nl/rookvrijestart.