



**rookvrije
start**

Samen voor een rookvrije start



- **Rookvrije Ouders: Telefonische hulp bij stoppen met roken**
- **Vaker succes met Rookvrije Ouders**
- **Snel en makkelijk doorverwijzen**
- **Vergoed vanuit de basisverzekering**
- **Maak kennis met Rookvrije Ouders-coach Wendy**
- **Zwangere vrouwen en ouders aanmelden?**

*Stoppen met roken is belangrijk om kinderen een rookvrije start te geven. Juist vanwege het coronavirus kan er extra motivatie zijn bij (aanstaande) ouders om aan een gezonde leefstijl te werken. Hulp bij stoppen met roken vergroot de kans op succes. Het is daarom belangrijk dat je als zorgverlener weet naar welke stoppen-met-roken hulp je kunt doorverwijzen. In deze speciale editie van de nieuwsbrief Rookvrije Start informeren we je over **Rookvrije Ouders**. Deze telefonische hulp bij stoppen met roken is nieuw in het aanbod van de Taskforce Rookvrije Start.*

Rookvrije Ouders: Telefonische hulp bij stoppen met roken

Rookvrije Ouders is een telefonische stoppen-met-roken coaching voor ouders van kinderen tussen 0 en 18 jaar. De coaches van Rookvrije Ouders hebben tevens ervaring met het begeleiden van zwangere vrouwen bij het stoppen met roken. Deze coaching is gebaseerd op motiverende gespreksvoering en bestaat uit minimaal 6 telefoongesprekken (± 20 minuten) met een stoppen-met-roken coach.



Vaker succes met Rookvrije Ouders

Ouders die de coaching Rookvrije Ouders krijgen, stoppen vaker met roken. Dat blijkt uit zowel het **eerste** als **tweede** onderzoek naar de effectiviteit van Rookvrije Ouders. Het programma Rookvrije Ouders is nog niet onderzocht bij zwangere vrouwen.

Motiverende gespreksvoering, de methodiek die in het programma gebruikt wordt, is echter ook effectief om zwangere vrouwen te helpen stoppen met roken.

Snel en makkelijk doorverwijzen

- Een groot voordeel van Rookvrije Ouders is dat je als zorgverlener zelf de (aanstaande) ouders kunt aanmelden. Dit wordt 'warme overdracht' genoemd en vergroot de kans dat zij daadwerkelijk van start gaan. Je meldt (aanstaande) ouders snel en makkelijk aan via het **online aanmeldformulier** op **www.rokeninfo.nl/rookvrijeouders**.
- De stoppen-met-roken coach neemt **binnen één week** contact op met ouders en zwangeren worden al binnen **2-3 dagen** gebeld. Tijdens dit gratis kennismakingsgesprek krijgen (aanstaande) ouders meer informatie over de telefonische coaching. Daarna beslissen zij pas of zij daadwerkelijk willen starten met de coaching.
- Je kan een **terugkoppeling** van de coach ontvangen, mits (aanstaande) ouders hiervoor toestemming geven.



Vergoed vanuit de basisverzekering

Meestal kunnen (aanstaande) ouders kosteloos deelnemen aan de telefonische coaching Rookvrije Ouders. Sinds 2020 wordt de stoppen-met-roken zorg door zorgverzekeraars namelijk één keer per jaar vergoed vanuit de basisverzekering, waarbij het eigen risico meestal niet meer van toepassing is. Wel zijn er voorwaarden voor de vergoeding (zie de polisvoorwaarden van de zorgverzekeraar). Om eventuele kosten voor (aanstaande) ouders zoveel mogelijk te beperken, worden zij gekoppeld aan een stoppen-met-roken coach die een contract heeft afgesloten met de zorgverzekeraar waarbij zij zijn aangesloten. Tijdens het kennismakingsgesprek bespreekt de coach deze vergoeding met (aanstaande) ouders.

Maak kennis met Rookvrije Ouders-coach Wendy

Wendy van de Nesse (Psymind) is één van de coaches van Rookvrije Ouders. Met veel plezier geeft ze de stoppen-met-roken begeleiding van Rookvrije Ouders: "Ik vind het fijn om een bijdrage te kunnen leveren aan een rookvrije toekomst voor het kind en de ouders. Ouders zien er soms tegenop om te starten. Het is niet het juiste moment, ze ervaren stress, of hun kind is ziek etc. Eenmaal gestart merken ze toch het positieve effect van rookvrij zijn voor zichzelf en het kind. Het is altijd maatwerk en soms moet je als coach een extra stap zetten door vaker te bellen en contact te houden. De lange adem zeg maar. Bewustwording en aandacht spelen daarbij een belangrijke rol. Samen komen we een heel eind."



Zwangere vrouwen en ouders aanmelden?

Verwijs jouw (aanstaande) ouders ook door naar Rookvrije Ouders! Op www.rokeninfo.nl/rookvrijeouders vind je het aanmeldformulier voor (aanstaande) ouders. Ook vind je daar de materialen van Rookvrije Ouders, bestaande uit een **informatiekaart voor zorgprofessionals**, een **informatiekaart voor (aanstaande) ouders** en een **poster** die je kunt ophangen in de spreek- en/of wachtkamer.

*Heb je naar aanleiding van deze mail vragen over Rookvrije Ouders?
Neem dan contact met ons op via rookvrijestart@trimbos.nl.*

CONTACT

Voor vragen, reacties en suggesties over deze nieuwsbrief of over de Rookvrije Start:
rookvrijestart@trimbos.nl

[Disclaimer](#) | [Privacy statement](#) | [Afmelden](#) | [Doorsturen](#)