



Dag tegen het roken

Een rookvrije werkomgeving!

De belangrijkste leefstijlfactor waardoor mensen ziek worden of overlijden is roken. Meer nog dan ongezonde voeding of te weinig beweging. Elk jaar overlijden er in Nederland bijna 20.000 mensen aan de gevolgen van roken. Bovendien leeft een roker gemiddeld 5 tot 10 jaar korter dan een niet-roker. Het is de grootste te voorkomen doodsoorzaak.

Mensen zijn de bepalende factor voor het succes van uw bedrijf. Blijven investeren in gezondheid en vitaliteit is cruciaal. Een actief ontmoedigingsbeleid rondom roken past binnen deze investering in de gezondheid van uw medewerkers. Niet alleen voor de rokende medewerker, ook voor de niet-roker en voor uw organisatie. Een rookvrije werkomgeving is een belangrijk onderdeel van dit beleid en vanaf begin 2022 zelfs een verplichting. In bedrijfsgebouwen mag geen rookruimte meer in gebruik zijn. Buiten mag uitsluitend onder voorwaarden een rookplek ingericht worden. Het is aan een werkgever een goed rookbeleid op te stellen en vervolgens te handhaven.



Wat zijn de schadelijke effecten van roken voor uw medewerkers.

Roken is nog steeds de belangrijkste oorzaak van ziekte en sterfte in Nederland. Rokers overlijden aan een ziekte die door roken is veroorzaakt. Ze leven gemiddeld korter en de kwaliteit van leven is lager dan bij een niet-roker. Roken vergroot de kans op in ieder geval:

- Kanker. Met name in longen, mondholte, keel en slokdarm. Roken is de belangrijkste risicofactor voor het ontwikkelen van kanker. Longkanker wordt in 80-90% van de gevallen rechtstreeks veroorzaakt door roken.
- Hart- en vaatziekten zoals een hartaanval of herseninfarct.
- Aandoeningen aan de luchtwegen zoals astma en COPD.
- Ontstekingen in de mond, gewrichten en longen.
- Complicaties bij een operatie, als gevolg van een verminderde wondgenezing.
- Diabetes.

En wat zijn de gevolgen voor u als werkgever.

Voor u als werkgever brengt roken grote kosten met zich mee.

- Rokers zijn vaker ziek dan hun niet-rokende collega's.
- Ze zijn gemiddeld langer ziek, ook door de chronische ziekten die mede door het roken worden ontwikkeld.
- Er moeten vervangingskosten gemaakt worden bij verstoringen in het werkproces.
- Rokers nemen vaker pauze dan niet-rokers wat ten koste gaat van de productiviteit.

Een rookvrije werkomgeving is de basis in het ontmoedigen van roken binnen uw organisatie. Het actief stimuleren van medewerkers in het stoppen met roken past binnen de ambitie van een rookvrije werkomgeving en een rookvrije samenleving.





Stoppen met roken programma.

Stoppen met roken is voor de meeste rokers niet makkelijk. Het veranderen van gewoontes is moeilijk in combinatie met de verslavende werking van nicotine. Bij het stoppen met roken zullen er ontwenningsverschijnselen optreden. In welke vorm dan ook. Denk aan slapeloosheid, angst, concentratieverlies, meer eetlust of irritatie. Vaak zijn er al meerdere pogingen ondernomen om te stoppen met roken. Professionele hulp kan ondersteuning bieden.

Onze partner SmokeFree begeleidt al sinds 1996 mensen die willen stoppen met roken. Zij ondersteunen zowel werkgevers als medewerkers. Organisaties worden geholpen bij het opzetten en implementeren van de '5 stappen naar een rookvrije organisatie'. Met het creëren van draagvlak en een positieve communicatie wordt gewerkt naar een succesvolle rookvrije organisatie. Uw medewerkers worden begeleid, een belangrijke succesfactor om te stoppen met roken. Er zijn voor de medewerker geen kosten verbonden aan het programma, de individuele begeleiding wordt vergoed.



Wilt u meer weten?

Neem contact op met Ausems en Kerkvliet op 0547 - 284800.

Direct contact opnemen met SmokeFree kan natuurlijk ook via

088 - 5800067 of stuur uw vraag naar secretariaat@smokefree.nl.