

OP WEG NAAR EEN

ROOKVRIJE GENERATIE



Hartstichting



LONG
FONDS



KWF

STAPPENPLAN VOOR HET CREËREN VAN EEN ROOKVRIJE WERKOMGEVING OP WEG NAAR EEN ROOKVRIJ BEDRIJF

ROOKVRIJ WERKEN

Overall om ons heen zien we het gebeuren. Steeds meer plekken worden rookvrij. En sigaretten worden op steeds minder plekken verkocht. Wen er maar aan. Want een wereld waarin onze kinderen volledig rookvrij kunnen opgroeien, komt hoe dan ook steeds dichterbij. Daarom worden ook steeds meer bedrijven rookvrij. En dat is goed. Zo zorgen we voor een gezonde werkomgeving én zijn we op weg naar een Rookvrije Generatie. Gebruik dit stappenplan om ook uw bedrijf rookvrij te maken. Er zijn twee versies beschikbaar van het stappenplan. De versie die nu voor u ligt, is de verkorte versie toepasbaar voor het midden- en kleinbedrijf in Nederland.

"Het rookvrij maken van ons bedrijf zorgde voor een positieve 'vibe' onder onze medewerkers. Zelfs de rokers begrepen uiteindelijk waarom we deze stap hebben gezet, namelijk om een gezonde en vitale werkomgeving te creëren."

Berdal

Eugène van den Broek - commercieel directeur Berdal
Rookvrij sinds 1 oktober 2020

"Als iedereen in de organisatie een rookvrij bedrijf duidelijk voor ogen heeft, kan je met iedereen energie steken in de weg naar een rookvrije werkomgeving."

Peijnenburg

René Mijs - lid OR
Rookvrij sinds 1 januari 2019

"Zelfs rokers willen niet dat hun eigen kind begint met roken. Daarom willen al onze medewerkers zich inzetten voor de Rookvrije Generatie. De medewerkers die rookten, zijn inmiddels gestopt. Daar zijn we trots op!"

MostWare

Thomas Kool - Business Consultant
en afdelingsmanager
Rookvrij sinds 1 februari 2018

Wat is Rookvrij Werken?

Rookvrij Werken is een principebesluit om als bedrijf het roken niet langer te faciliteren door de gehele werkomgeving, binnen én buiten, rookvrij te maken. Alle omgevingsfactoren die roken mogelijk en geaccepteerd maken worden weggehaald en aan werknemers wordt gevraagd niet te roken onder werktijd. Zo wordt ook de schadelijke tweedehands én derdehands rook voorkomen. Rokers die besluiten om helemaal te stoppen met roken worden geholpen. Denk hierbij aan het bieden van begeleiding bij het stoppen met roken of zorgen voor goede doorverwijzing en alternatieven voor ontspanning onder werktijd. Uiteraard wordt er geen tabak verkocht en doet het bedrijf geen zaken met, en investeert het niet in, de tabaksindustrie.

Wat is een geheel rookvrij bedrijf?

Een geheel rookvrij bedrijf betekent:

- Er is geen inpanidige rookruimte aanwezig *
- Het gehele terrein binnen de hekken of andere begrenzing van het bedrijf is rookvrij: ook de entree(s), het terras, de fietsenstalling, tuin, oprijlaan, parkeerplaats en garage
- Het volledige wagenpark is rookvrij, inclusief alle bedrijfswagens en eventuele lease-auto's
- Rookvrij bordjes, stickers en/of stoeptegels geven aan dat het gehele terrein rookvrij is
- Iedereen houdt zich aan de afspraak om niet te roken op het terrein: werkgever, medewerkers, vrijwilligers, leveranciers, dienstverleners, klanten en overige bezoekers
- Medewerkers roken niet tijdens werktijd: dit geldt gedurende werktijd én (lunch)pauze, zowel voor de binnen- als de buitendienst **

- Medewerkers roken niet in bedrijfskleding **
- De e-sigaret (en varianten) valt ook onder het rookvrij-beleid
- Rokers worden gestimuleerd te stoppen met roken
- Rokers die willen stoppen met roken worden door de werkgever, voor zover mogelijk, hiermee geholpen

TIP

Als de entree direct aan de openbare ruimte grenst, is het verstandig om een zone tot bijvoorbeeld 50 meter vanaf de entree rookvrij te verklaren. Eventueel kan dit vastgelegd worden in samenspraak met de gemeente.

* Op 1 juli 2021 worden inpanidige rookruimten gesloten voor (semi-)publieke instellingen. Voor het bedrijfsleven gaat per 1 januari 2022 deze wetgeving van kracht.

** Er zijn zwaarwegende bedrijfsbelangen te noemen die het rookvrij-beleid in de onbetaalde pauze en in bedrijfskleding rechtvaardigen, zoals hygiëne, gezondheid van klanten of het imago van het bedrijf.

Sluit ook aan!

Sluit uw bedrijf aan bij de onomkeerbare beweging 'op weg naar een Rookvrije Generatie'. Laat zien dat uw bedrijf bijdraagt aan deze beweging doordat u rookvrije stappen heeft gezet. Registreer uw bedrijf op: www.rookvrijegeneratie.nl/sluit-uw-bedrijf-aan. Hiermee inspireert u ook anderen om rookvrij te worden.

Toelichting stappenplan

Dit stappenplan beschrijft in 4 stappen hoe u een volledig rookvrij-beleid succesvol kan implementeren bij uw bedrijf. U vindt achterin het stappenplan een checklist die u kunt gebruiken als u het stappenplan doorloopt. Veel succes!

De stappen zijn:

Stap 1: Creëer draagvlak, krijg toestemming en kondig het rookvrij-beleid aan

Stap 2: Planning

Stap 3: Opstarten en uitvoeren

Stap 4: Monitoren, evalueren & verbeteren

STAP 1: CREËER DRAAGVLAK, KRIJG TOESTEMMING EN KONDIG HET ROOKVRIJ-BELEID AAN

Steeds meer bedrijven worden rookvrij. Dat doen ze voor hun eigen werknemers, voor hun klanten en bezoekers. De interesse in een rookvrij-beleid kan voortkomen uit verschillende motivaties en argumenten. Dit verschilt per persoon, bedrijf of sector. Bedenk welke argumenten passen bij uw bedrijf. Kijk voor passende argumenten naar de bijlage 'Flashcards Rookvrij Werken (compact)'. U vergroot steun door uit te leggen waarom u een rookvrij-beleid wil invoeren.

Het is belangrijk dat u formeel toestemming krijgt van de directie om het bedrijf rookvrij te maken. Leg uit waarom het zo belangrijk is om rookvrij te worden, wat het rookvrij-beleid inhoudt en wat het oplevert. Leg uit dat rookvrij worden een principebesluit is. Met dit besluit neemt het bedrijf het standpunt in dat rookvrij de norm is. Het geeft invulling aan de verplichting om te zorgen voor een gezonde werkomgeving. Daarom kiest het bedrijf ervoor roken niet te faciliteren en rookpauzes niet toe te staan. Probeer altijd een positieve en verbindende toon te gebruiken. U dwingt niemand om te stoppen met roken, u vraagt alleen dit niet tijdens werktijd te doen én ook nergens op het terrein.

Er zijn een aantal zaken die geregeld moeten worden. Wijs iemand aan die hiervoor verantwoordelijk is. Of stel een team samen dat met het rookvrij-beleid aan de slag gaat. Denk bij het samenstellen van het team aan diversiteit. Betrek werknemers van verschillende afdelingen, leeftijden, functies en zowel niet-rokers als rokers.

TIP

Mochten er ook andere bedrijven gevestigd zijn op een locatie of is er sprake van een bedrijfsverzamelgebouw, betrek deze dan tijdig in het proces. Maak afspraken met hen over of zij meegaan in het beleid en hoe ze betrokken willen worden in het proces.

Tijdslijn

Schets een tijdslijn met verschillende mijlpalen en beantwoord hierbij de volgende vragen:

1. Wie moeten betrokken worden, wanneer en bij wie moet er draagvlak gecreëerd worden?

Draagvlak is belangrijk voor het succesvol invoeren van een rookvrij-beleid: betrek verschillende collega's of afdelingen. Een klein bedrijf kan één-op-één gesprekken voeren met alle collega's over de plannen. Grotere bedrijven kunnen denken aan de verantwoordelijken van HR en de Facilitaire dienst.

2. Wanneer wordt het bedrijf rookvrij?

Koppel het nieuwe beleid bijvoorbeeld aan het begin van het nieuwe jaar (als goed voornemen), een feestelijk moment, een verhuizing of verbouwing of bijvoorbeeld middels een 'health week' of een ander initiatief zoals 'Stoptober'. Houd rekening met vakanties en feestdagen en met de tijd die nodig is om het rookvrij worden zorgvuldig voor te bereiden.

3. Wanneer communiceren we over het rookvrij-beleid?

Zorg dat de rokers (en andere betrokkenen) in ieder geval voldoende tijd hebben om zich voor te bereiden op de verandering. De 'verandercultuur' van het bedrijf beïnvloedt onder andere wie betrokken moeten worden en hoeveel inspraak medewerkersvertegenwoordigers hebben op de plannen. In het ene bedrijf zijn medewerkers gewend aan het snel doorvoeren van top-down besluiten door de directie, in het andere bedrijf verwachten medewerkers meer inspraakmogelijkheden. Door hier vroeg in het proces tijd en aandacht voor te reserveren, verloopt de implementatie later soepeler.

Aankondiging van het nieuwe beleid

Kondig het nieuwe beleid officieel aan via een e-mail of brief naar de medewerkers.

Zie bijlage: 'Voorbeeld e-mail aankondiging rookvrij werken'. De directie geeft hierin duidelijk aan dat het bedrijf rookvrij wordt. Gebruik ook hier een verbindende en positieve toon. In de aankondiging van het rookvrij-beleid worden de volgende punten beschreven:

- Een duidelijk “waarom” over de rookvrije ambities van het bedrijf. Gebruik hiervoor de argumentatie uit de flashcards
- Een heldere definitie van wat Rookvrij Werken betekent: het beleid in hoofdlijnen
- Een helder moment waarop het nieuwe beleid van kracht zal zijn: laat geen twijfel over het feit dat het beleid er komt en per wanneer (het proces ernaartoe kan wel samen met medewerkers ingevuld worden)
- Beschrijf hoe rokers gestimuleerd en geholpen worden bij het stoppen met roken

TIP

In een bedrijf met veel werknemers kan het interessant en behulpzaam zijn om via een vragenlijst inzicht te krijgen in de behoeften van de werknemers. Zoals ondersteuning bij Stoppen-Met-Roken, samen stoppen of individueel, of aanvullende afleiding op de werkvloer.

STAP 2: PLANNING

Plan van aanpak

Maak een uitvoeringsplan om de verschillende acties te beschrijven die nodig zijn. Beschrijf hierin ook de taakverdeling en een manier waarop de voortgang en successen worden gemeten en gerapporteerd. Denk in ieder geval aan:

1. Sluit je aan

Sluit aan bij de onomkeerbare beweging ‘op weg naar een Rookvrije Generatie’. Laat zien dat uw bedrijf onderdeel is van deze beweging. Registreer uw bedrijf op: www.rookvrijegeneratie.nl/sluit-uw-bedrijf-aan. Hiermee inspireert u anderen ook rookvrije stappen te zetten.

2. Facilitaire zaken

- Verwijderen van rookplekken, rookpalen, asbakken en peukentegels
- Plaatsen van Rookvrij bordjes, stickers en tegels of belijning/markering
- Ontwikkel instructies voor werknemers en gast-vrouwen/-heren om bezoekers en medewerkers aan te spreken op het rookvrij-beleid

TIP

Verschillende producten om het rookvrije terrein duidelijk te communiceren, zoals borden en stickers, zijn online aan te schaffen.

- webshop.rookvrijegeneratie.nl
- rookvrijterrein.nl

3. Stimuleer stoppen met roken

De meeste rokers willen ooit stoppen met roken. Stimuleer dit. Probeer medewerkers die roken te helpen als zij willen stoppen met roken. Adviseer medewerkers die roken bijvoorbeeld om met de huisarts of bedrijfs-arts te praten of ze door te verwijzen naar een Stoppen-Met-Roken coach. Stoppen met roken begeleiding kost niets; het wordt vergoed door de basisverzekering en is vrijgesteld van het eigen risico.* Zie bijlage:

‘Overzicht bewezen effectieve Stoppen-Met-Roken aanbieders’.

- Zorg voor informatievoorziening over Stoppen-Met-Roken voor medewerkers
- Bied eventueel mogelijke aanvullende hulpmiddelen (nicotinepleisters, kauwgom, medicatie)
- Bied eventueel als bedrijf een Stoppen-Met-Roken cursus aan en bied eventueel de mogelijkheid om partners van medewerkers ook deel te laten nemen

4. Aanvullende ondersteuning Stoppen-Met-Roken

Maak stoppen leuk! Maak het een uitdaging voor het gehele bedrijf (rokers en niet-rokers), inclusief een beloning als het lukt om de doelen te behalen. Een doel kan bijvoorbeeld zijn om een aantal dagen helemaal niet te roken, zoals bij Stoptober (28 dagen niet roken in oktober), voordat het nieuwe beleid van kracht is. Denk ook aan:

- Extra faciliteiten of activiteiten voor ontspanning of afleiding. Bijvoorbeeld een dartbord, een pingpong-tafel, gameconsole of tijdschriften in de kantine, het stimuleren van wandelen of sporten tijdens de lunch, gratis fruit etc.

*Veel cursussen worden vergoed door zorgverzekeraars en in sommige gevallen hoeft de roker ook geen eigen risico te betalen. Mocht dat wel zo zijn dan kan een werkgever ervoor kiezen om het eigen risico van de medewerker te betalen.

- Tips voor niet-rokers om rokers te ondersteunen
- Tips voor pauzemomentjes voor rokers om te ontspannen zonder sigaret, bedacht door de medewerkers zelf

5. Zorg voor budget

Uit de inventarisatie van de voorgaande stappen kan een kostenplaatje worden gemaakt voor het implementeren van het rookvrij-beleid. Denk bij het inventariseren van de kosten voor een rookvrije werkomgeving aan:

- Rookvrij bordjes, flyers en markeringen
- Verwijderkosten rookruimtes, asbakken, rookpalen en peukentegels
- Aanpassingen aan kantine of andere ruimtes
- Aanvullend aanbod voor medewerkers voor Stoppen-Met-Roken of ter ontspanning

6. Rookvrij in organisatiebeleid of huisregels

Het creëren van een rookvrije werkomgeving brengt veel veranderingen met zich mee en het is van belang om die veranderingen te integreren in het beleid en/of de huisregels van het bedrijf. Gebruik de bijlage: 'Voorbeeldteksten HR-beleid'. Neem in vacatureteksten mee dat je een rookvrij bedrijf bent. Eventueel kunnen deze interne documenten aangevuld worden met een juridische onderbouwing. Hieronder volgt een korte opsomming van de rechten en plichten van zowel de werkgever als de werknemer:

- De werkgever is verplicht om een gezonde werkplek te faciliteren aan alle werknemers, waar een rookvrije werkomgeving bij past
- Werknemers hebben recht op een rookvrije werkomgeving
- De werkgever heeft het recht om zelf de werkwijze, regels en procedures te bepalen voor (het gedrag van) de werknemers binnen het bedrijf en het bedrijfsterrein, inclusief de parkeergarage en bedrijfsauto's

- Een rookvrij-beleid is van toepassing op alle mensen in dienst, ook stagiaires en ZZP'ers
- Soms zijn er zelfs zwaarwegende bedrijfsbelangen te noemen waardoor roken helemaal niet meer wordt toegestaan, ook niet tijdens de (onbetaalde) pauzes
- Werknemers hebben de plicht om zich aan een rookvrij-beleid en de huisregels te houden
- Werknemers die zich niet aan het rookvrij-beleid of de huisregels houden kunnen geconfronteerd worden met door de werkgever op te leggen boetes of zelfs ontslag

7. Communiceer (extern) over rookvrij-beleid

Duidelijke communicatie met uw medewerkers over de geplande veranderingen is essentieel om een succesvolle verandering te realiseren binnen uw organisatie. Het is goed mogelijk dat er in het begin weerstand ontstaat tegen de verandering. Sta open voor deze weerstand en zorg dat iedereen gehoord wordt. Zie ook bijlage: 'Antwoorden op argumenten tegen en uitdagingen rondom rookvrij werken'. Blijf vriendelijk, begripvol en geduldig in de communicatie. Zie ook bijlage: 'Richtlijnen voor communicatie'.

TIP

Informeer ook klanten, bezoekers, leveranciers over het rookvrij-beleid. Vraag iedereen zich er aan te houden. Zet het op de website en plaats rookvrij borden. Zet ook in vacatureteksten dat je een rookvrij bedrijf bent. "Rokers en niet-rokers zijn welkom om te solliciteren, we vragen alleen aan rokers om dit niet te doen tijdens werktijd en op en rondom het terrein van ons bedrijf."

Belangrijkste cijfers omtrent roken en werken

1 OP DE 5
NEDERLANDERS
ROOKT

20.000
NEDERLANDERS
STERVEN JAARLIJKS
AAN DE GEVOLGEN
VAN (MEE)ROKEN

EEN ROKENDE WERKNEMER
IS GEMIDDELD
20 DAGEN PER JAAR
KIJFT AAN ROOKPAUZES

1 OP DE 4
ZWARE ROKERS
HAALT ZIJN OF HAAR
PENSIOEN NIET

MEER DAN
80%
VAN DE ROKERS
WILT STOPPEN

2 OP DE 3
HUIDIGE ROKERS IS
VOOR HUN 18E
VERJAARDAG
BEGONNEN

28%
VAN DE TOTALE
ZIEKTELAST BIJ
BEDRIJVEN IS HET
GEVOLG VAN ROKEN

EEN ROKENDE
WERKNEMERS KOST EEN
BEDRIJF ONGEVEER
€5.000 PER JAAR



STAP 3: OPSTARTEN EN UITVOEREN

Start rookvrij-beleid

Het nieuwe rookvrij-beleid kan officieel van kracht worden op de datum die in de aankondiging is benoemd! Hier geldt het advies om er een feestelijke gelegenheid van te maken. Plaats een artikel in de (lokale) krant en deel een bericht op social media. Praat in de eerste periode regelmatig met leidinggevenden en medewerkers over hoe het gaat met het nieuwe beleid: wordt het nageleefd, is alles duidelijk, hoe verloopt de handhaving, spreken mensen elkaar aan, is extra ondersteuning nodig? Neem dit mee in de evaluatie.

Handhaving

Bij het opstarten en uitvoeren van het rookvrij-beleid is het belangrijk om goed te handhaven. Dit zorgt ervoor dat alle medewerkers, klanten en bezoekers de nieuwe maatregelen vanaf het begin serieus nemen. Houd er rekening mee dat het naleven van het rookvrij-beleid de

eerste weken extra tijd en aandacht vraagt. Houd altijd een vriendelijke en positieve toon aan die past bij het bedrijf. Houd iedereen op de hoogte van het (handhaven van) het rookvrij-beleid. Leg medewerkers goed uit wat van ze verwacht wordt als ze iemand zien roken waar of wanneer dit niet toegestaan is. Steek geen extra energie in negatieve reacties. Zie bijlage: '[Tips voor handhaving](#)'.

TIP

De start van een rookvrij bedrijf is een mooi moment voor een bericht op bijvoorbeeld social media of in de (lokale) krant. Beschrijf hierin de ambitie en motivatie rondom rookvrij werken en waarom het bedrijf hiervoor kiest. Zie voor voorbeelden de bijlage: '[Voorbeeld persbericht en social media](#)'.

STAP 4: MONITOREN, EVALUEREN & VERBETEREN

Monitoren van implementatie

Zorg gedurende de eerste periode dat u regelmatig in gesprek blijft met leidinggevenden, medewerkers en personen die veel contact hebben met bezoekers, klanten en leveranciers. Voer indien mogelijk één-op-één gesprekken met alle rokers. Zo zorgt u dat u blijft monitoren hoe de implementatie verloopt en verbeteringen kan maken waar nodig, ook buiten de formele evaluatiemomenten om.

(Peuken)overlast

Het kan zijn dat er door het verwijderen van alle rookfaciliteiten, meer peuken op de grond gevonden worden. Het kan ook voorkomen dat er door omwonenden klachten worden ingediend omdat er buiten het bedrijfsterrein gerookt wordt.

TIP

Laat zien dat uw bedrijf onderdeel is van de beweging 'op weg naar een Rookvrije Generatie'. Registreer uw bedrijf op: www.rookvrijegeneratie.nl/sluit-uw-bedrijf-aan. Hiermee inspireert u anderen ook rookvrije stappen te zetten.

Blijf ook hier in gesprek met alle betrokkenen. Spreek de medewerkers aan op het ongewenste gedrag. Verzoek rokers geen overlast te veroorzaken in de buurt en ergens te roken waar niemand er last van heeft. Peuken horen ook niet op de grond, maar in een prullenbak. Het is niet meer dan normaal dat je je eigen rommel opruimt. Spreek rokers aan op hun verantwoordelijkheden.

100-dagen evaluatie

Voer na 100 dagen (en eventueel na een jaar) een evaluatie uit. Vraag bijvoorbeeld uw medewerkers om feedback wat betreft het rookvrij-beleid. Vraag wat goed werkt en wat niet :

- Hoe goed wordt het rookvrij-beleid nageleefd?
- Hoe goed verloopt de handhaving?
- Hoeveel mensen roken (nog)?
- Waar is nog behoefte aan wat betreft aanvullende ondersteuning, duidelijkere afspraken en communicatie, etc.?

Verbeterplan

Maak op basis van de uitkomsten een verbeterplan en geef vervolgens een update aan de gehele organisatie over de voortgang en ontwikkeling van het Rookvrij Werken-programma. Zo blijft het rookvrij-beleid een succes.

TOT SLOT: CHECKLIST

STAP 1

- ☐ Creëer draagvlak
- ☐ Krijg toestemming
- ☐ Wijs verantwoordelijke / team aan
- ☐ Maak tijdlijn
- ☐ Bepaal toekomstige datum rookvrij-beleid
- ☐ Stuur aankondiging naar medewerkers

STAP 2

- ☐ Maak een uitvoeringsplan
- ☐ Sluit je aan bij de Rookvrije Generatie
- ☐ Regel facilitaire zaken
- ☐ Stimuleer stoppen met roken
- ☐ Zorg voor budget
- ☐ Borg rookvrij-beleid in organisatiebeleid of huisregels
- ☐ Communiceer (extern) over rookvrij-beleid

STAP 3

- ☐ Start rookvrij-beleid (met feestelijke aangelegenheid)
- ☐ Zorg voor handhaving

STAP 4

- ☐ Monitor implementatie
- ☐ Heb aandacht voor peukenoeverlast
- ☐ 100 dagen evaluatie
- ☐ Maak (eventueel) een verbeterplan

Dit stappenplan is mede mogelijk gemaakt door:
De Hartstichting, KWF en het Longfonds
vanuit de samenwerking Gezondheidsfondsen voor Rookvrij.



Wij danken Heartbeat Ventures voor het testen en doorontwikkelen van het programma. Het Rookvrij Werken handboek wordt ondersteund door het Nederlands Expertise Centrum Tabaksontmoediging van het Trimbos-instituut.



**KIJK OP [ROOKVRIJEGENERATIE.NL/BEDRIJVEN](https://rookvrijegeneratie.nl/bedrijven)
VOOR MEER INFORMATIE EN ERVARINGSVERHALEN
OVER EEN ROOKVRIJE WERKOMGEVING.**