

# TOOLKIT

TIPS, TRICKS EN HANDIGE  
GESPREKSVOORBEELDEN  
VOOR DE NALEVING  
OP EN ROND EEN  
ROOKVRIJ TERREIN

OP WEG NAAR EEN

ROOKVRIJE  
GENERATIE



Hartstichting



LONG  
FONDS



KWF

# INHOUDSOPGAVE

**1.**

**Tips voor een  
rookvrij terrein**

----- pagina 3

**2.**

**Gespreks-  
voorbeelden**

----- pagina 4

**3.**

**Trainings-  
informatie**

----- pagina 21



# TIPS VOOR NALEIVING OP EN ROND EEN ROOKVRIJ TERREIN

Wij zijn blij met een rookvrij terrein! Maar hoe zorg je ervoor dat iedereen zich aan de regels houdt? Met deze informatiekaart helpen we je bij het handhaven van een rookvrij terrein en zorgen we samen dat eventuele overlast tot een minimum wordt beperkt.

## EEN STERK VERHAAL



**Communiceer duidelijk en op diverse plekken** over het rookvrij-beleid op het terrein.



Zien roken, doet roken. **Samen geven we het goede voorbeeld!**



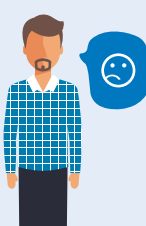
**Maak duidelijk zichtbaar** dat het terrein rookvrij is.



Spreek **direct vanaf de start** mensen aan.



Spreek mensen op een **vriendelijke manier** aan wanneer zij zich niet aan de regels houden. Misschien zijn zij **niet op de hoogte** van het rookvrij-beleid.



Het kan altijd voorkomen dat iemand niet aardig of positief reageert. **Vraag vriendelijk om medewerking** en stop geen extra energie in mensen die hier niet voor openstaan.

## SITUATIES

Bij een rookvrij terrein kunnen er verschillende situaties ontstaan.

**1**

**OP HET TERREIN**

Het terrein is rookvrij, maar er wordt toch gerookt. Vraag dan vriendelijk of diegene bekend is met het rookvrij-beleid.

**2**

**BIJ DE ENTREE**

Rokers verplaatsen zich naar de entree van het terrein, maar ook de entree moet rookvrij blijven. Vraag vriendelijk of mensen hun sigaret kunnen doven, zodat iedereen het terrein rookvrij kan betreden.

**3**

**BUITEN HET TERREIN**

Rokers verplaatsen zich naar buiten het terrein. Vraag vriendelijk of zij zoveel mogelijk uit het zicht van anderen willen roken en de omgeving schoon willen houden.



**Hulp nodig bij de juiste toon of gesprekstechnieken?**

Bekijk de voorbeelden in deze toolkit en informatie over trainingen op locatie.







# **GESPREKS- VOORBEELDEN**





**1**

**OP HET  
TERREIN**

1

OP HET  
TERREIN

HOI, SORRY  
DAT IK JE STOOR,  
MAAR WEET JE DAT  
DIT TERREIN  
ROOKVRIJ IS?

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij de sigaret  
kan doven.**



1

OP HET  
TERREIN

WEET JE DAT DIT EEN  
ROOKVRIJ TERREIN  
IS? ZO ZORGEN WE  
ERVOOR DAT KINDEREN  
HIER ROOKVRIJ  
KUNNEN SPELEN/  
SPORTEN/OPGROEIEN.

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij niet op  
het terrein wil roken.**

1

OP HET  
TERREIN

**HOI! WELLICHT  
WEET JE HET NOG  
NIET, MAAR DEZE  
ORGANISATIE HEEFT  
EEN ROOKVRIJ  
BELEID.**

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij de sigaret  
kan doven.**



1

OP HET  
TERREIN

**HOI! DIT  
TERREIN IS  
ROOKVRIJ. HIERMEE  
GEVEN WE GRAAG  
HET GOEDE  
VOORBEELD AAN  
KINDEREN.**

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij de sigaret wil  
doven en niet op de  
grond wil gooien.**



2

**BIJ DE  
ENTREE**



2

BIJ DE  
ENTREE

**WEET JE DAT DIT EEN  
ROOKVRIJ TERREIN IS?  
HET IS FIJN ALS  
BEZOEKERS HET TERREIN  
ROOKVRIJ KUNNEN  
BETREDEN.**

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij uit het zicht  
en niet bij de  
ingang wil roken.**

2

BIJ DE  
ENTREE

**GOEDEMORGEN!  
IK WIL JE HIER  
EIGENLIJK NIET MEE  
LASTIGVALLEN,  
MAAR HET TERREIN  
ÉN DE ENTREE IS  
ROOKVRIJ.**

**ACTIE**

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij de sigaret  
wil doven of niet in  
het zicht wil roken.**



2

BIJ DE  
ENTREE

MAG IK JE  
WAT VRAGEN? WEET  
JE DAT DIT TERREIN  
ROOKVRIJ IS? HET ZOU  
FIJN ZIJN ALS DE ENTREE  
ROOKVRIJ BLIJFT, OMDAT  
HIER VEEL MENSEN  
IN- EN UIT LOPEN.

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij uit het zicht  
en niet bij de  
ingang wil roken.**

2

BIJ DE  
ENTREE

IK WIL JE HIER  
EIGENLIJK NIET MEE  
LASTIGVALLEN, MAAR  
WEET JE DAT DIT  
TERREIN ROOKVRIJ IS?  
NU KUNNEN MENSEN  
HET TERREIN NIET  
ROOKVRIJ BETREDEN.

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij uit het zicht  
en niet bij de  
ingang wil roken.**



**3**

**BUITEN HET  
TERREIN**



3

BUITEN HET  
TERREIN

FIJN DAT JE  
AFSTAND HOUDT  
VAN HET ROOKVRIJE  
TERREIN. HET IS  
VOOR DE OMGEVING  
NIET FIJN ALS ER  
SIGARETTEN OP DE  
GROND BELANDEN.

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij de sigaret  
in een afvalbak  
wil gooien.**

3

BUITEN HET  
TERREIN

HOI! DANKJEWEL  
DAT JE JE HOUDT AAN  
HET BELEID VAN EEN  
ROOKVRIJ TERREIN.  
WIL JE HELPEN OM  
OOK DE OMGEVING ZO  
SCHOON MOGELIJK  
TE HOUDEN?

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of  
hij/zij de sigaret  
niet op de grond  
wil gooien.**



3

BUITEN HET  
TERREIN

HOI, IK ZIE DAT  
JE BUITEN HET  
ROOKVRIJE TERREIN  
ROOKT. FIJN! ZIEN  
ROKEN DOET ROKEN.  
WIL JE HELPEN HET  
GOEDE VOORBEELD  
TE GEVEN?

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of hij/zij  
zoveel mogelijk  
uit het zicht van  
anderen wil roken.**



3

BUITEN HET  
TERREIN

HI, IK ZIE DAT  
JE BUITEN HET  
ROOKVRIJE TERREIN  
ROOKT, FIJN! ZO  
BLIJFT HET TERREIN  
ROOKVRIJ VOOR DE  
KINDEREN.

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of hij/zij  
de omgeving schoon wil  
houden en de sigaret niet  
op de grond wil gooien.**

3

BUITEN HET  
TERREIN

HOI! SORRY DAT IK  
STOOR, MAAR WISTEN  
JULLIE DAT ROKEN  
IN GROEPJES VAAK  
ALS STOREND WORDT  
ERVAREN?

ACTIE

**Vraag  
vriendelijk of hij/zij  
zoveel mogelijk  
uit het zicht van  
anderen wil roken.**



# TRAININGEN

Mocht je na het lezen van deze toolkit behoefte hebben aan verdere ondersteuning, dan kunnen trainingen helpen bij het effectief aanspreken van mensen op hun gedrag.

Onderstaand een beknopt overzicht van diverse soorten trainingen die op maat kunnen worden aangeboden, van professionele trainingsbureaus tot en met zelfstandige trainers.

Heb je zelf ervaring opgedaan met één van deze trainingen?  
Deel met ons je feedback, we horen graag je ervaring!

## ACADEMY4-WEERBAARHEID

### Achtergrond

Academy4-Weerbaarheid is gespecialiseerd in vraagstukken rondom psychosociale arbeidsbelasting, assertiviteit en conflictvaardigheden. Door middel van training, advisering en begeleiding maken wij ons sterk om uw weerbaarheid te vergroten.

### Training

In-company, op locatie Academy (A'dam, Groningen, R'dam, Utrecht, Hengelo) of locatie naar keuze.  
In groepsverband.

Workshops en trainingen over voorkomen van en omgaan met weerstand; omgaan met (lichte) agressie, ook bij mensen die onder invloed van alcohol of drugs zijn.

De training is toegankelijk voor alle niveaus. Het is een laagdrempelige methodiek, weinig theorie en bijzonder interactief. In de training worden theorie en praktijk continu afgewisseld, wat het programma bijzonder interactief maakt. Wij zetten daarom de gehele training een co-trainer/trainingsacteur in, zodat wij deze unieke interactieve aanpak kunnen neerzetten, zonder traditionele rollenspellen.

### Kosten

Op maat

### Contactgegevens

Bedrijfsnaam: Academy4-Weerbaarheid (onderdeel van ExplainIT)  
Contactpersoon: Sabine Bekhuis – Oude Nijeweeme  
Adres: John Maynard Keynesstraat 351  
7559 SV Hengelo  
Tel: 088 - 122 55 66  
06 - 53 77 79 27  
E-mail: [info@academy4-weerbaarheid.nl](mailto:info@academy4-weerbaarheid.nl)  
[sabine@academy4-weerbaarheid.nl](mailto:sabine@academy4-weerbaarheid.nl)  
Website: <https://www.academy4-weerbaarheid.nl>



## ACT INC./DO INC. SKILLSTUDIO 'AANSPREKEN OP ROOKGEDRAG'

### Achtergrond

Act Inc./Do Inc. is specialist in ervarend leren. In onze Skill Studio leren we door te doen. In interactieve en korte sessies trainen we online of fysiek op jouw werkplek en zetten daarbij de theorie direct om in actie, spelenderwijs gebruik makend van bedrijftheater, storytelling, gamification en vervolgens heel veel te oefenen!

Vandaag geleerd = vandaag gedaan.

We hebben een brede expertise op gebied van gesprekstechnieken en conflicthantering, bovendien zijn we zelf een rookvrij bedrijf dat graag meebouwt aan de rookvrije generatie. Onze referenties zijn o.a.;

- Alle Artis medewerkers en vrijwilligers leerden bij de overgang naar een rookvrij park, hoe ze bezoekers 'the Artis way' kunnen aanspreken.
- De BOA's van de gemeente Amsterdam oefenen met aanspreken op gedrag en het de-escaleren van dreigende situaties.
- Met Politie en Defensie trainen we alle soorten gesprekstechnieken t/m de zwaarste fysieke interventies.
- De fietscoaches van Pantar trainen met ons hun gesprekstechnieken, van gastvrije ontvangst tot aanspreken op ongewenst gedrag.

### Training

In-company, individueel of in teamverband.

We voeren onze trainingen online, offline of blended uit. Het programma wordt geleid door 2 'tracteurs' (spelende trainers). We verdiepen ons in jullie praktijk zodat we specifiek kunnen inspelen op wat jouw organisatie en mensen willen leren. We vertalen die leerwens naar een dynamisch en afwisselend menu dat bij voorkeur bestaat uit 2 korte sessies met in de tussentijd uitdagingen die je direct zelf aangaat in je dagelijks praktijk.

### Kosten

Op maat.

### Contactgegevens

Bedrijfsnaam: Act Inc./Do Inc.  
Contactpersonen: Laetitia Rem, Jos van der Steen, Patrick Neumann  
Adres: Veemkade 111  
1019 Amsterdam  
Tel: 020 - 494 32 31  
020 - 238 03 40  
E-mail: info@actinc.nl  
info@do-inc.nl  
Website: <https://www.actinc.nl>  
<https://do-inc.nl/>

## HANS KALDENBACH, ZELFSTANDIG TRAINER

### Achtergrond

De training is vrolijk en heel concreet. Deelnemers kunnen er meteen 'morgen' al mee aan de slag. Het geleerde kan ook worden toegepast als het gaat om andere vormen van overlast: het reageren op rommel weggooien, geluidsoverlast, stoeiende pubers, etc. Na afloop krijgt iedereen een vrolijke 'slotfrustratie' mee naar huis.

### Training

Voorkomen van en omgaan met weerstand; omgaan met (lichte) agressie), ook bij mensen die onder invloed van alcohol of drugs zijn en specifiek hangjongeren. Locatie in overleg, certificaat in overleg.

Zie ook het boek Respect, 99 tips (€ 9,50, te bestellen via onderstaande gegevens).

De trainer wordt vergezeld van een leuke acteur. Vanaf de eerste minuut is de training interactief. De acteur rookt of wil gaan roken. De trainer reageert op verschillende manieren. De acteur geeft steeds 'van binnenuit' zijn feedback. De deelnemer komt met eigen situaties en kan uiteraard meedoen (maar het hoeft niet).

### Kosten

€ 1750 per training; dit is incl. acteur en BTW.

Korting bij meerdere dagdelen.

Er zijn geen meerkosten.

### Contactgegevens

Bedrijfsnaam: ACTA-Kaldenbach

Contactpersoon: Hans Kaldenbach

Tel: 030 - 695 83 59

E-mail: [kaldenbach@telfort.nl](mailto:kaldenbach@telfort.nl)

Website: [www.hanskaldenbach](http://www.hanskaldenbach)

## MET SHAMAL, ZELFSTANDIG TRAINER

### Achtergrond

Met Shamal ontwikkelt workshops, evenementen en games met als belangrijkste ingrediënten: experimenteren en plezier. Ervarend leren door te doen staat centraal. De cyclus: proberen- observeren- feedback- herkansing is ons middel. Wij werken vanuit de gedachte: 'wat werkt wél?'. Daarmee focussen wij op concrete tips die een succeservaring opleveren. Veel deelnemers ervaren onze bijeenkomsten als een dagje uit. Lachend en lerend ontdekken ze samen met elkaar wat werkt. Omdat geen enkele organisatie hetzelfde is levert met Shamal maatwerk. In een vrijblijvend adviesgesprek kijken we naar welke vorm en leerdoelen het beste passen bij uw primaire proces, medewerkers en protocollen.

### Training

Gastvrij aanspreken: 'Rook? Voorkom vuur, schenk aandacht!'. In-company, op een locatie naar keuze.

Tijdens deze training gaan alle deelnemers actief oefenen met het gastvrije gesprek. Deelnemers ontdekken hun huidige manier van aanspreken en buigen deze om tot een gesprek dat is afgestemd op de gast. Ze leren aanspreken als een kans te zien in het contact met de gasten.

Aan het einde van de bijeenkomst hebben alle deelnemers meermaals geoefend, weten ze welke aanpak bij welke gast past en hebben ze meer zelfvertrouwen gekregen. Dit zorgt ervoor dat uw collega's daadwerkelijk in de praktijk op rokende gasten af durven te stappen. Hierdoor stopt het roken en houdt de gast een positief gevoel over aan het gesprek.

### Kosten

Vanaf € 75 tot € 250 per deelnemer, excl. BTW.

Dit bedrag omvat: intake, ontwerp, afstemming, uitvoering en borging.

### Contactgegevens

Bedrijfsnaam: met Shamal  
Contactpersoon: Shamal Binnendijk  
Adres: Prins Mauritsplein 22B  
2582 ND Den Haag  
Tel: 06-57 13 40 57  
E-mail: Shamal@metshamal.nl  
Website: www.metShamal.nl



## PHAROS

### Achtergrond

Het landelijk expertisecentrum Pharos draagt bij aan het terugdringen van grote gezondheidsverschillen. Onze trainingen stellen je in staat om effectiever te communiceren met praktisch opgeleiden, migranten en vluchtelingen. Zo sluit het zorgaanbod beter aan bij het taalniveau, opleidingsniveau, de gezondheidsvaardigheden en culturele achtergrond van de cliënt, patiënt, kind of ouder. En zo ben je in staat de patiënt of cliënt te stimuleren tot zelfmanagement en regie over eigen gezondheid.

### Training

**'Handhaven op een rookvrije omgeving: een training voor beheerders en beveiligers'**

De training richt zich op het perspectief van de handhavers. We leggen uit wat meeroken met mensen en kinderen doet, waarom een rookvrije omgeving belangrijk is en geven praktische handvatten voor het aanspreken van individuen en groepen. De deelnemers krijgen uitleg over wat meeroken met mensen en kinderen doet en waarom een rookvrije omgeving belangrijk is. De training is niet bedoeld om beheerders te vertellen dat roken slecht is. Met de deelnemers wordt zowel het perspectief van de roker als de niet-roker bekeken, zodat ze voor beide groepen begrip krijgen. De deelnemers bekijken filmpjes over dit onderwerp en delen hun eigen perspectief. De deelnemers oefenen met elkaar en een acteur hoe zij mensen aan kunnen spreken op hun rookgedrag in een rookvrije omgeving. Zij krijgen tips en praktische handvatten om dit op een passende manier te doen. Want hoe ga je om met iemand die weigert te stoppen of iemand die agressief wordt?

### Kosten

Neem voor een kostenopgave contact op met de coördinator trainingen (030) 234 98 00 of [training@pharos.nl](mailto:training@pharos.nl).

### Contactgegevens

Neem voor meer informatie contact op met de coördinator trainingen (030) 234 98 00 of [training@pharos.nl](mailto:training@pharos.nl).

Website: <https://www.pharos.nl/training/handhaven-op-een-rookvrije-omgeving-een-training-voor-beheerders-en-beveiligers/>

## TRIMBOS-INSTITUUT

### Achtergrond

We ontwikkelen, implementeren en verspreiden kennis en expertise over roken en tabaksontmoediging. Door voorlichting aan het algemeen publiek en samenwerking met professionals, wetenschap en overheden willen we bijdragen aan minder ziekte en sterfte door tabaksgebruik.

### Training

In-company. Informatie over tabak; hoe spreek ik gasten/bezoekers aan op rookgedrag?

Doel van de training is het vergroten van kennis over de gevolgen van roken, geven van tips voor het voorkomen van weerstand, omgaan met lichte agressie. Na het volgen van de training:

- weten medewerkers de risico's van tabak (globaal)
- weten medewerkers waarom roken in nabijheid van kinderen slecht is
- hebben medewerkers geoefend met het aanspreken van gasten/bezoekers
- weten medewerkers hoe ze agressieve reacties kunnen voorkomen of hoe ze ermee om kunnen gaan
- zijn medewerkers zich meer bewust van effecten van eigen houding

### Kosten

€ 1.250 excl. 21% BTW, en exclusief reiskosten. Dit bedrag is op basis van een dagdeel met 1 trainer. Inzet van een acteur (wat wenselijk is wanneer het oefenen van vaardigheden hoofddoel is) is niet inbegrepen in deze prijs.

### Contactgegevens

Bedrijfsnaam: Trimbos-instituut  
Contactpersoon: drs. Maddy Blokland - Trimbos Academie Coördinator  
Adres: Da Costakade 45  
3521 VS Utrecht  
Tel: 030 - 297 11 12  
E-mail: [academie@trimbos.nl](mailto:academie@trimbos.nl)  
Website: [www.trimbos.nl](http://www.trimbos.nl)





OP WEG NAAR EEN

# ROOKVRIJE GENERATIE



Hartstichting



LONG  
FONDS



KWF