



# Samen houden we de omgeving rookvrij

Tips en tricks voor naleving

OP WEG NAAR EEN

**ROOKVRIJE  
GENERATIE**

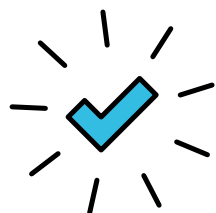


# Tips voor naleving van een rookvrije omgeving

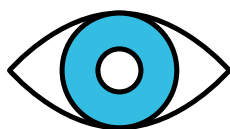
Hoe zorg je ervoor dat iedereen zich aan de regels houdt? We helpen je bij de naleving van een rookvrij terrein.



## Een goed verhaal



**Communiceer duidelijk en op diverse plekken** over het rookvrij-beleid op het terrein. Verwijder eventuele asbakken en houd de omgeving vrij van afval van rookproducten.



### Zien roken, doet roken.

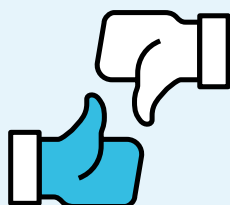
Met een rookvrij terrein geven we samen het goede voorbeeld.



**Spreek direct vanaf de start mensen aan** als ze toch roken op de rookvrije plek.



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 in zo'n situatie helpen om te verwijzen naar een rookvrij-uiting.



Het kan altijd gebeuren dat iemand onaardig of negatief reageert. **Blijf vriendelijk** en stop geen extra energie in mensen die niet willen meewerken.



Ook veel (ex-)rokers zijn **geholpen met een rookvrije omgeving**. Rokers geven aan dat een rookvrije omgeving helpt om niet te roken. Ook helpt het ex-rokers om gestopt te blijven.



# 6 tips om iemand aan te spreken die rookt



## 1 Direct aanspreken

Rookt iemand? Spreek diegene direct aan. Wacht niet met iemand aanspreken (want: *“Waarom moet ik nu ineens verplaatsen?!”*)



## 2 Blijf vriendelijk en begripvol

De persoon zelf is welkom, alleen de (e-)sigaret niet. Het kan best even wennen zijn dat een terrein rookvrij is. Begrip tonen helpt.



## 3 Wees specifiek

Laat simpelweg weten dat de roker op een rookvrije (en dus vapevrije) plek staat. Het is niet nodig om veel argumenten op te sommen. Verwijs bijvoorbeeld naar het rookvrij-bord of een andere rookvrij-uiting.

# 6 tips om iemand aan te spreken die rookt



## 4 Benoem het gedrag

Zeg bijvoorbeeld: *"Ik zie dat je hier rookt, dit terrein is rookvrij. Kun je de sigaret uitmaken?"*



## 5 Geef een oplossing

Benoem dat iemand bij het verlaten van het terrein weer kan roken. Geef bijvoorbeeld de suggestie om een rondje buiten het terrein te lopen (en daarbij geen afval achter te laten). Of wijs een plek aan buiten het terrein waar iemand uit het zicht kan roken.



## 6 Voorkom discussie

Probeer een lange discussie te voorkomen. Maak nog eens vriendelijk je punt als iemand het er niet mee eens is en beëindig het gesprek.

# Gespreksvoorbeelden

## 1 Iemand rookt op een rookvrij terrein

- “Sorry dat ik je stoer, maar weet je dat dit terrein rookvrij is? Kun je de sigaret uitmaken?”
- “Sorry dat ik je stoer, maar weet je dat dit terrein rookvrij is? Kun je de e-sigaret/vape wegstoppen?”
- “Misschien heb je het bordje niet gezien, maar deze plek is rookvrij. Kun je daar rekening mee houden?”
- “Een e-sigaret/vape valt ook onder het rookvrij-beleid. Het is fijn als je hem hier niet gebruikt.”



## 2 Iemand rookt bij de ingang of net buiten het terrein

- “Sorry dat ik je stoer, maar we houden deze ingang graag rookvrij.”
- “Hoi, dit terrein/deze ingang/ons sportpark is rookvrij. De e-sigaret/vape valt daar ook onder. Kun je hem opbergen?”
- “Ons hele terrein is rookvrij, ook de ingang. Zou je verderop kunnen gaan staan?”

## 3 Bij weerstand

- “We willen je niet dwingen om te stoppen, maar we vragen je om op dit terrein het goede voorbeeld te geven door hier niet te roken.”
- “Ik vraag je om rekening te houden met het beleid/de regels/de afspraken van dit terrein.”
- “Je kunt buiten ons terrein roken.”
- “Je kunt gerust een blokje om lopen om te roken en dan weer terugkomen.”

## 4 Gesprek afsluiten

- “Heel fijn dat je dit terrein met ons rookvrij houdt, dankjewel!”
- “Top dat je meewerkt aan een rookvrije omgeving!”
- “Bedankt voor je hulp!”



## Optioneel: Volg een training

Voor extra ondersteuning kun je een training volgen om mensen aan te spreken op ongewenst gedrag. Voor tips over mogelijke trainingen kun je contact opnemen via [info@rookvrijegeneratie.nl](mailto:info@rookvrijegeneratie.nl).



# Rookvrij is van iedereen

**Heb je een plek rookvrij gemaakt? Top! Dat is een goed begin.**

Herinner mensen ook na de invoering regelmatig aan het rookvrij-beleid, dat helpt bij de naleving. Vraag iedereen om elkaar te helpen herinneren dat het terrein rookvrij is. Communiceer erover in bijvoorbeeld een nieuwsbrief of op social media. Bedank iedereen voor hun inzet en benadruk dat je het samen doet. Samen het terrein vrijhouden van (e-)sigaretten en het afval daarvan helpt ook om de rookvrije norm duidelijk te houden.

**Kijk voor meer ondersteunende materialen op [www.rookvrijegeneratie.nl](http://www.rookvrijegeneratie.nl).**

