



Op weg naar een rookvrij sportterrein

Stappenplan

OP WEG NAAR EEN
**ROOKVRIJE
GENERATIE**



Overal 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. Met een rookvrij sportterrein geef je het goede voorbeeld aan kinderen en bied je iedereen een gezonde en dus rookvrije omgeving. Samen gaan we op weg naar een Rookvrije Generatie.

Wat is een geheel rookvrij sportterrein?

Een geheel rookvrij sportterrein zonder enige uitzonderingen betekent:

- Binnenruimten zijn geheel rookvrij.
- Ook het gehele buitenterrein is rookvrij: de aanlooproute, de ingang en alle ruimte binnen de hekken of andere begrenzing van de sportvereniging, zoals de velden, langs de lijn, het terras en de tribune. Denk ook aan sportevenementen.
- Het rookvrij-beleid is structureel en geldt voor iedereen: leden, vrijwilligers, medewerkers én bezoekers.
- Borden of andere aanduidingen geven aan dat het buitenterrein rookvrij is.
- E-sigaretten/vapes en nieuwe tabaksproducten (zoals verhitte tabak) passen niet bij een rookvrij sportterrein. Net als de tabakssigaret zijn deze producten schadelijk en verslavend.

Geheel rookvrij is de aanbeveling en het streven. De vereniging kan hier ook stapsgewijs naartoe werken om draagvlak te creëren. Zie www.rookvrijegeneratie.nl/sport voor ondersteunende materialen, zoals flyers, voorbeeldteksten en beelden. Ga gemakkelijk op weg naar rookvrij en sluit hiermee aan bij de beweging 'Op weg naar een Rookvrije Generatie'.

Toelichting stappenplan

Dit stappenplan helpt je bij het rookvrij maken van jouw sportterrein. Om het je gemakkelijk te maken vind je achterin het stappenplan een checklist. Zo maak je voor iedereen duidelijk wat er nog moet gebeuren en wat al is gedaan. Succes!

De stappen zijn:

- 1 Creëer draagvlak**
- 2 Invoering**
- 3 Naleving**
- 4 Evaluatie**

Wist je dat de meeste Nederlanders voor rookvrije sportterreinen zijn?

- 9 op de 10 Nederlanders zijn voorstander van geheel rookvrije buitensportterreinen waar kinderen sporten.
- Driekwart van alle Nederlanders is er voorstander van dat alle buitensportterreinen geheel rookvrij zijn.

1 Creëer draagvlak

Steun vergroten

Steun krijgen van het bestuur, medewerkers, vrijwilligers, leden en ouders van jeugdleden, is een belangrijke eerste stap. De meeste mensen willen dat kinderen rookvrij kunnen sporten. Uit onderzoek weten we dat negen op de tien mensen vinden dat sportterreinen waar kinderen sporten volledig rookvrij moeten zijn. Uit onderzoek¹ blijkt ook dat jongeren een rookvrij-beleid steunen.

Je vergroot steun door uit te leggen waarom jullie vereniging een rookvrij-beleid wil invoeren. Benader het onderwerp altijd positief en spreek van 'rookvrij' en niet over een rookverbod. Leg uit dat de vereniging kinderen het goede voorbeeld wil geven en iedereen in een gezonde omgeving wil laten sporten. Rookvrije omgevingen helpen bovendien (ex-)rokers om niet in de verleiding te komen om te gaan roken.

Zien roken, doet roken

Een rookvrij sportterrein maakt roken minder normaal en daarmee minder aantrekkelijk. Je geeft niet alleen het goede voorbeeld aan kinderen, maar zorgt er ook voor dat (ex-)rokers niet in de verleiding komen om te gaan roken. Bovendien zorg je ervoor dat kinderen én ouders niet meer roken. Ook voorkom je dat kinderen sigaretten oppakken of in hun mond stoppen en daarmee het risico op brandwonden. Ten slotte voorkom je afval van peuken en e-sigaretten/vapes.

Leg de relatie met een gezonde sportomgeving. Sport heeft een bijzondere rol in het stimuleren en activeren van een gezonde leefstijl. Sporten en roken passen niet bij elkaar. Creëer als sportvereniging een prettige gezonde plek waar gezond gedrag de norm is.

Voorzitter Kees van der Burg, voetbalvereniging RCL

"Toen ik het idee van een rookvrije vereniging in het bestuur bracht, moesten de andere bestuursleden eerst even wennen. Maar al snel waren alle bestuursleden voor het initiatief, ook de rokers."

Inventariseer en bereid voor

Verzamel informatie over:

- door wie, waar en wanneer wordt gerookt
- de mening over huidige afspraken rondom roken
- de mening over een rookvrij-beleid
- gebruik de voorbeeldenquête op www.rookvrijegeneratie.nl/sport om informatie te verzamelen.

Luister naar vragen en bezwaren. Laat mensen meedenken over het nieuwe beleid voor het sportterrein en de weg naar rookvrij. Neem goede ideeën mee.

Wees duidelijk over jullie voornemen, geef waar nodig tegenargumenten. Uit onderzoek¹ weten we dat bepaalde belemmeringen na invoering van een rookvrij-beleid niet worden genoemd door verenigingen die al rookvrij zijn. Denk hierbij aan het wegblijven van leden of een daling van de baromzet.

De inventarisatie kan helpen om te bepalen of de vereniging klaar is voor een geheel rookvrij terrein of dat een stapsgewijze aanpak beter is. Je kan als vereniging bijvoorbeeld beginnen met een rookvrij jeugdevenement. Gebruik de ervaringen van zo'n rookvrij evenement voor het invoeren van een volledig rookvrij-beleid.

Stel nieuw beleid voor

Zet nieuwe afspraken voor een rookvrij sportterrein op de agenda van de bestuursvergadering. Bepaal bij een positief besluit van het bestuur of je het rookvrij-beleid voorlegt aan de leden, bijvoorbeeld via de Algemene Ledenvergadering (ALV).

1. Promotieonderzoek Rookvrije Sport voor een Rookvrije Generatie uitgevoerd door Heike Garritsen bij Amsterdam UMC in samenwerking met Tranzo, Tilburg University.



Niemand wil dat zijn/haar kind ooit gaat roken. Ook de meest verstokte roker wil dit niet. Dit is goed om je te realiseren en geeft aan dat een rookvrij-beleid in het belang is van iedereen.

2 Invoering

Plan van aanpak

Maak een plan van aanpak met een planning en bewaak deze. Stel een projectgroep samen van enthousiaste leden. Laat iemand van deze projectgroep ook het aanspreekpunt zijn voor vragen en opmerkingen.

Beleid formuleren

Formuleer een duidelijk rookvrij-beleid zodat er geen misverstanden ontstaan. Een volledig rookvrij sportterrein is het advies. Je kunt ook in stappen toewerken naar een rookvrij-beleid door eerst te kiezen voor gedeeltelijk rookvrij. Voorbeelden zijn:

- eerst rookvrij tijdens trainingen en wedstrijden van de jeugd;
- rookvrij met uitzondering van één aangewezen rookplek, uit het zicht.

Maak ook afspraken over het naleven van het rookvrij-beleid. Het is belangrijk dat je mensen die toch roken op het terrein vriendelijk aanspreekt en informeert (zie stap 3: Naleving).

Kies een goed moment van invoering

Denk aan:

- veranderingen aan het terrein of de velden
- de start van een nieuw jaar of sportseizoen, na de zomer- of winterstop
- een verbouwing of verhuizing
- een ander groot evenement of gebeurtenis

Tip Organiseer of benut een feestelijk moment waarop het rookvrij-beleid ingaat. Betrek ook de pers hierbij.

Rookvrij-beleid communiceren

Breng de hele vereniging op tijd op de hoogte van het rookvrij-beleid. Gebruik alle bestaande communicatiekanalen om het rookvrij-beleid bekend te maken (zoals de website en de nieuwsbrief). Neem het rookvrij-beleid op in het clubreglement.

Breng ook externe partijen op de hoogte zoals leveranciers, sponsors, bezoekende verenigingen, de sportbond en andere gebruikers van het sportterrein. Ga met de andere gebruikers in gesprek. Word samen rookvrij of ga in gesprek over duidelijke regels. Informeer de gemeente over jullie mooie initiatief, zodat zij hier ook aandacht aan kunnen besteden. Maak hierbij gebruik van de voorbeeldteksten op de website. Download deze op www.rookvrijegeneratie.nl/sport. Lees daarnaast de tips voor communiceren over een rookvrij-beleid in de communicatierichtlijn op pagina 6 van dit stappenplan.

Veranderingen sportterrein

Ga na welke veranderingen nodig zijn in en rondom het sportterrein. Denk hierbij ook aan de aanlooproutes. Haal asbakken en speciale prullenbakken voor sigaretten weg en plaats rookvrij-borden en -posters op het terrein en bij de ingang. Periodiek zijn er acties voor gratis rookvrij-borden. Soms biedt een gemeente gratis borden aan. Zie www.rookvrijegeneratie.nl/sport voor materialen. Duidelijke communicatie is belangrijk voor de naleving van het beleid en helpt om mensen aan te spreken die toch roken op het terrein.

Stoppen met roken

Mensen die roken hoeven niet te stoppen met roken om een rookvrij sportterrein te realiseren. Het rookvrij maken van de vereniging kan een stoppoging wel makkelijker maken. Rookvrije omgevingen helpen namelijk (ex-)rokers om niet in de verleiding te komen om te gaan roken. Wellicht kunnen rokers hulp bij het stoppen met roken gebruiken. Door deze hulp aan te bieden, laat je zien dat je het beste met ze voor hebt.

De stoppen-met-rokenprogramma's worden vanuit de basisverzekering vergoed. Meer informatie over stoppen met roken:

- www.ikstopnu.nl
- www.stoptober.nl

Aandacht in de media

Neem contact op met (lokale) media, zoals een dagblad, een huis-aan-huisblad of de plaatselijke radio of televisie. Hiermee breng je de vereniging positief onder de aandacht. Je kunt gebruik maken van het voorbeeld persbericht uit het informatiepakket.

Bestuurslid Sander Wessel, FC Abcoude

"De ondersteunende materialen van de beweging 'Op weg naar een Rookvrije Generatie' waren erg nuttig, zoals de voorbeeldbrief."

Zien roken, doet roken. Kinderen overzien de gevolgen van roken nog niet. Ze vinden het stoer en beseffen niet dat roken verslavend is. Met een rookvrij terrein bescherm je kinderen tegen de schadelijke effecten van (mee)roken en de verleiding om er zelf mee te beginnen.

3 Naleving

Het is belangrijk afspraken te maken hoe de vereniging omgaat met mensen die toch roken. Houd er rekening mee dat het naleven van het rookvrij-beleid de eerste weken extra tijd en aandacht vraagt.

Het vriendelijk aanspreken van mensen die roken op het terrein (en bij de ingang) is belangrijk. Spreek iemand altijd direct aan. Ga er in eerste instantie vanuit dat iemand niet op de hoogte is van het rookvrij-beleid. Vraag of hij/zij bekend is met het beleid op het sportterrein. Vertel over het rookvrij-beleid en laat diegene weten waar hij/zij wel of niet kan roken. Leg ook uit dat de vereniging het beleid heeft om kinderen het goede voorbeeld te geven en iedereen een gezonde en dus rookvrije omgeving te bieden.

Uit onderzoek¹ blijkt dat handhaving van het beleid lastig kan zijn in bepaalde situaties. Heb daarom extra aandacht voor:

1. Momenten dat er (bijna) geen kinderen aanwezig zijn.
2. Momenten dat er alcohol in het spel is.
3. Roken bij de ingang.

Het door de vingers zien van roken tijdens bepaalde situaties maakt het rookvrij-beleid onduidelijk en minder sterk.

Bepaal en spreek af wie meehelpt in het aanspreken en informeren van rokers en vraag hier in het begin extra aandacht voor. Vraag in ieder geval alle medewerkers, vrijwilligers en trainers mensen aan te spreken en zelf het goede voorbeeld te geven. Leg duidelijk uit wat je van hen verwacht en hoe zij mensen die roken kunnen aanspreken en informeren. Vraag ook (ouders van) leden elkaar te helpen om aan het rookvrij-beleid te denken en elkaar eraan te herinneren waarom het beleid er is.

Hoe beter het nieuwe rookvrij-beleid bekend is, hoe gemakkelijker naleving gaat.

Tip Maak gebruik van de tips en handvatten voor naleving.

4 Evaluatie

Evalueer het nieuwe beleid voor een rookvrij terrein. Stel de volgende vragen:

- Houden mensen zich aan het beleid?
- Hebben alle bezoekers van het sportterrein voldoende informatie?
- Zijn aanpassingen nodig om het beleid te verbeteren?
- Zijn er aanpassingen nodig om het rookvrij-beleid nog beter zichtbaar te maken?
- Als het terrein nog niet geheel rookvrij is, wat is dan de volgende stap?

Gebruik de resultaten van de evaluatie om vervolgstappen te bepalen. Bijvoorbeeld door meer aanduidingen op het sportterrein te plaatsen of opnieuw het rookvrij-beleid onder de aandacht brengen bij medewerkers, vrijwilligers en bezoekers.

Tip Gebruik de voorbeeldberichten in het 'Communicatiepakket hercommuniceren rookvrij-beleid sport'.

Gezonde sportomgeving

Met een rookvrij terrein bied je kinderen een gezonde omgeving om te sporten. In een gezonde sportomgeving past ook een gezonder voedingsaanbod en verantwoord alcoholgebruik. Wil je ook hiermee aan de slag? Kijk op www.nocnsf.nl/gezonde-sportomgeving voor inspiratie of ga naar www.ioagg-teamfit.nl/sport voor begeleiding.

Bestuurslid Piet Hein Knoop, HV Abcoude

"De handhaving is meegevallen. We spreken mensen indien nodig aan en leggen de nadruk op gewenst gedrag. Een positieve benadering werkt!"



Communicatierichtlijn

Tips voor de communicatie over het rookvrij-beleid:

- Leg de nadruk op het rookvrij maken van het sportterrein, praat niet over een rookverbod.
- Kies een positieve insteek. Vermijd negatieve woorden zoals: verbod en anti-roken.
- Focus op het goede voorbeeld geven, het schadelijke meerroken voorkomen en iedereen een gezonde omgeving bieden.
- Laat weten dat de vereniging aansluit bij de beweging 'Op weg naar een Rookvrije Generatie'.
- Kernwoorden die je kunt gebruiken zijn: kinderen, rookvrij, beschermen, goede voorbeeld, gezond opgroeien, (zien roken doet roken), gezonde sportomgeving, Rookvrije Generatie en sporten en roken passen niet bij elkaar.
- Vermijd het gebruik van beeldmateriaal waar tabaksproducten op staan.
- Kies voor het positieve en herkenbare rookvrij-bord en andere aanduidingen op het terrein.

De Rookvrije Generatie:

De beweging 'Op weg naar een Rookvrije Generatie' werkt toe naar een samenleving waarin opgroeiende kinderen worden beschermd tegen tabaksrook en de verleiding om te gaan roken. Iedere week raken honderden kinderen verslaafd aan roken. Ieder kind is er één te veel. We willen ervoor zorgen dat kinderen niet meer in de verleiding komen om te gaan roken. Daarvoor is het nodig dat we samen het goede voorbeeld geven en de omgevingen waar kinderen veel komen rookvrij maken. De sportomgeving is een belangrijke omgeving in het leven van opgroeiende kinderen. Zo draagt een rookvrij sportterrein bij aan het realiseren van een Rookvrije Generatie.



Checklist 'Op weg naar rookvrij'

1 Creëer draagvlak

- ☐ Betrek leden/belangrijke vrijwilligers/rokers bij de invoering van het rookvrij-beleid.
- ☐ Inventariseer de stand van zaken en meningen over roken op de vereniging.
- ☐ Stel vanuit het bestuur/de eigenaar een rookvrij-beleid op.

2 Invoering

- ☐ Maak een plan van aanpak.
- ☐ Formuleer een duidelijk rookvrij-beleid.
- ☐ Kies een goed moment van invoering.
- ☐ Communiceer het nieuwe beleid (intern en extern).
- ☐ Bepaal welke veranderingen nodig zijn op het sportterrein. Zorg voor genoeg posters, borden of andere rookvrij-materialen om het rookvrij-beleid zichtbaar te maken.
- ☐ Benader media voor positieve aandacht.

3 Naleving

- ☐ Leg vast wie er verantwoordelijk is/zijn voor de naleving.
- ☐ Zorg voor naleving van het rookvrij-beleid.

4 Evaluatie

- ☐ Evalueer het rookvrij-beleid.
- ☐ Bepaal de vervolgstappen
- ☐ Overweeg stappen voor een nog gezondere sportomgeving.

Kijk op www.rookvrijgeneratie.nl/sport voor meer voorbeeldteksten en beeldmateriaal die je kunt gebruiken bij de invoering van het rookvrij-beleid.

Heb je nog vragen? Neem dan contact op via: info@rookvrijgeneratie.nl
Kijk voor meer informatie over de Rookvrije Generatie op: www.rookvrijgeneratie.nl