



OP WEG NAAR EEN

**ROOKVRIJE  
GENERATIE**

Roken is op steeds minder plekken toegestaan. Het is in deze tijd niet meer normaal/vanzelfsprekend om te roken. Binnen Topaz zorgen we goed voor elkaar. Daar hoort bij dat we samen zorgen voor een gezonde, veilige en plezierige omgeving waar we ons thuis voelen. Daarom wordt ook Topaz een rookvrije zorgorganisatie. Op de achterkant van dit kaartje staat een aantal tips voor collega's over hoe om te gaan met het nieuwe rookvrijbeleid voor bewoners.

**Topaz**  
het hele leven telt

# Rookvrij Topaz

## Tips voor het omgaan met het rookvrijbeleid voor bewoners



### Tips om bewoners te helpen bij minder roken

- Begin niet zelf over een rookmoment, maar laat het initiatief bij de bewoner.
- Als een bewoner om een sigaret vraagt kun je de aandacht verplaatsen door een kop koffie of een andere activiteit aan te bieden.
- Als bekend is dat het een gewoonte was om na een bepaald moment te roken, kun je iets anders aanbieden om de gewoonte te doorbreken.
- Bespreek met de individuele bewoner wat voor hem/haar een prikkel is om te willen roken. En verwijder deze prikkels.
- Zorg voor zo min mogelijk prikkels in de omgeving. Bijvoorbeeld: geen pakje sigaretten op tafel, geen jas die naar rook ruikt, en praat niet met collega's over roken in de buurt van bewoners.
- Rook niet zelf in het zicht van bewoners.

### Tips voor het mogelijk maken van rookmomenten

- Benader het buiten roken positief: "Weet u nog, we gaan naar buiten."
- Als een bewoner dwangmatig rookt, kan het helpen om afspraken over vaste rookmomenten te maken.
- Bespreek multidisciplinair de rookafspraken op maat.
- Betrek ook de mantelzorgers (en eventueel ook rookvrijwilligers) in het mogelijk maken van rookmomenten.