

Telefonische coaching Rookvrije Ouders



Veel (toekomstige) ouders willen stoppen met roken. Soms is dit moeilijk, waardoor stoppogingen mislukken. De telefonische coaching Rookvrije Ouders biedt in minimaal 6 gesprekken effectieve stoppen-met-roken begeleiding.

Waarom Rookvrije Ouders?

- Uit wetenschappelijk onderzoek **effectief** gebleken om ouders te laten stoppen met roken.
- De coaches hebben ook ervaring met mensen met een **zwangerschapswens, zwangere vrouwen en partners**.
- Je verwijst **makkelijk en snel** door via een online aanmeldformulier.
- De coach neemt **binnen enkele dagen** contact op voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.
- Je ontvangt een **terugkoppeling** van de coach.
- De coaching is **gratis** (vergoed vanuit de basisverzekering). Tijdens het kennismakingsgesprek worden de vergoeding en de voorwaarden besproken.

Verwijs door:

- 1 Inventariseer bij (toekomstige) ouders die willen stoppen met roken of ze door een stoppen-met-roken coach gebeld willen worden over de telefonische coaching Rookvrije Ouders. Op de achterkant zie je een voorbeeld van hoe je dit gesprek over stoppen met roken kunt voeren.
- 2 Zijn ze geïnteresseerd in de telefonische coaching Rookvrije Ouders? Vul hun gegevens in via de website www.rookvrijeouders.nl.
- 3 Geef het verwijskaartje mee. Hiermee kunnen ze zichzelf ook op een later moment aanmelden als dat nog niet is gebeurd tijdens het gesprek. Dat kan via de website www.rookvrijeouders.nl.

Gespreksvoorbeeld

1 Uitvragen rookprofiel:

Mag ik het met je over roken hebben? Rook jij?
En rookt je partner? Hoeveel?

2 Motivatie verhogen:

- **Vraag naar de redenen om te roken:** Wat brengt het roken je?
- **Meet de motivatie:** Hoe graag wil je stoppen met roken op een schaal van 0-10? Wat zijn voor jou voordelen om te stoppen met roken?
- **Meet het vertrouwen:** Stel dat je stopt met roken, in hoeverre denk je dat het gaat lukken op een schaal van 0 tot 10?

3 Verwijzen:

Het beste voor jou en je (ongeboren) kind is om te stoppen met roken. Ik weet dat stoppen niet gemakkelijk is. Maar je hoeft het niet alleen te doen! Wij werken samen met de telefonische coaches van Rookvrije Ouders. Mag ik jouw telefoonnummer doorgeven, zodat de coach je kan bellen en meer kan vertellen over de begeleiding?
De coaching is gratis. De coach kan je meer vertellen over de vergoeding en de voorwaarden. Je beslist pas na deze kennismaking of je met de coaching wilt starten.

Meer weten over Rookvrije Ouders? Volg de e-learning!

In de e-learning Rookvrije Ouders leer je hoe je (toekomstige) ouders kunt verwijzen naar Rookvrije Ouders. Met behulp van video's en tips maak je kennis met de coaches, leer je hoe het gehele coachingstraject eruitziet, hoe het zit met de vergoeding en waarom het belangrijk is om als zorg-professional na verwijzing te blijven vragen hoe het met het stoppen met roken gaat. De e-learning is geaccrediteerd voor verschillende beroepsgroepen. Bestel de e-learning via www.rookvrijestart.nl.

Vragen? Neem contact op via rookvrijestart@trimbos.nl.

