



## Samen zorgen voor een gezond bedrijf

*Help uw medewerkers om te stoppen met roken  
en doe mee met wetenschappelijk onderzoek*



## **Samen zorgen voor een gezond bedrijf**

Er is binnen bedrijven steeds meer aandacht voor duurzame inzetbaarheid van personeel. U investeert vast ook in de gezondheid, veiligheid en vitaliteit van uw werknemers. Gezonde medewerkers verzuimen immers minder, zijn langer inzetbaar en zorgen voor een hogere productiviteit.

## **Uniek onderzoek van Universiteit Maastricht**

De Universiteit Maastricht gaat een uniek grootschalig onderzoek uitvoeren naar stoppen met roken binnen bedrijven. In onderzoeken die in het buitenland zijn uitgevoerd is aangetoond dat een beloning een stoppen-met-roken programma extra succesvol maakt. In Nederland is een dergelijk onderzoek nog niet eerder uitgevoerd. Bovendien gaan we onderzoeken hoe kosteneffectief de interventie is.

### » **Hoe werkt het?**

In alle bedrijven die er voor kiezen om te participeren in dit onderzoek, wordt de effectiviteit van het programma onderzocht door de Universiteit Maastricht. Alle deelnemende werknemers ontvangen 25 euro als compensatie voor het invullen van vragenlijsten.

Bij de helft van de deelnemende bedrijven (deze zullen door middel van loting worden bepaald) ontvangen de deelnemers naast de training extra beloningen als het ze lukt om rookvrij te blijven. De beloningen zijn cadeaubonnen die ingewisseld kunnen worden voor gezondheidsbevorderende producten of activiteiten, zoals gezonde voedingsmiddelen of een abonnement op de sportschool.

Na een jaar succesvol gestopt te zijn heeft men in totaal voor 350 euro aan cadeaubonnen verdiend.

### » **Hoe ziet het stoppen-met-roken programma er uit?**

De trainingen worden verzorgd door SineFuma, een gecertificeerd bedrijf dat gespecialiseerd is in bedrijfstrainingen voor stoppen met roken. De 'Rookvrij! Ook jij?' groepstraining bestaat uit 7 groepsbijeenkomsten van 1,5 uur. Eerdere trainingen lieten zien dat 82% van de deelnemers na afloop van het programma is gestopt, en dat het succespercentage een jaar na de stopdatum gemiddeld 40% is. In combinatie met deelname aan het onderzoek biedt SineFuma 5% korting op de factuur.

## En de niet-rokende collega's dan?

Dit onderzoek heeft ook een direct belang voor de niet-rokende werknemer. Deze hoeft minder in te springen voor zijn/haar rokende collega (vanwege rookpauzes, ziekte, vervroegde uitval, etc.) en wordt minder blootgesteld aan rook(lucht).





## Nog wat feiten:

### » Meer winst

Een rokende werknemer kost uw bedrijf 4.700 euro extra per jaar vanwege verminderde productiviteit, frequenter verzuim en werkuitval.

### » Minder verzuim

Rokende werknemers verzuimen 1,5 keer vaker dan hun collega's die niet roken.

### » Beter sfeer

Niet-rokers hebben vaak problemen met de rookpauzes van hun collega's. Hoe minder mensen roken, des te beter de sfeer op de werkvloer.

- » **Mogelijkheid tot deelname aan uniek onderzoek in Nederland**
- » **Extra's voor uw werknemers: beloning voor stoppen met roken in de helft van de bedrijven t.w.v. € 350 en/of € 25 beloning voor deelname onderzoek**
- » **Extra voor werkgever: 5% korting op de 'Rookvrij! Ook jij?' groeps cursus**

## Waarom meedoen als werkgever

Veel rokers willen eigenlijk stoppen, maar vinden dit moeilijk. Uw ondersteuning als werkgever en de sociale steun van collega's kunnen net dat duwtje in de rug geven dat nodig is om definitief te stoppen met roken. Behalve u als werkgever, zullen uw werknemers en hun omgeving er blij mee zijn.

## Wetenschappelijk onderzoek

De Universiteit Maastricht zal wetenschappelijk onderzoek doen naar de (kosten)effectiviteit van stoppen-met-roken programma's binnen bedrijven. De resultaten kunnen helpen om ook in de toekomst een gezond bedrijf mogelijk te maken.

### Contact | Project Continuous Abstinence Through Corporate Healthcare (CATCH)

#### » Floor van den Brand, MSc

Onderzoeker, Universiteit Maastricht | [fvandenbrand@maastrichtuniversity.nl](mailto:fvandenbrand@maastrichtuniversity.nl) | 043-3882318

#### » Prof. dr. Onno van Schayck

Wetenschappelijk projectleider, Universiteit Maastricht | [onno.vanschayck@maastrichtuniversity.nl](mailto:onno.vanschayck@maastrichtuniversity.nl) | 043-3882152

#### » Marcel Clarijs

Directeur SineFuma | [marcel@rookvrijookjij.nl](mailto:marcel@rookvrijookjij.nl) | [www.rookvrijookjij.nl](http://www.rookvrijookjij.nl) | 076-8895195