

Stoppen met roken voor bedrijven

Gaat uw bedrijf mee op weg naar een rookvrije toekomst?

Gezonde medewerkers zijn en hebben de toekomst. Ook binnen uw bedrijf. Een vitale medewerker betekent minder ziekteverzuim en dus ook minder kosten voor uw bedrijf. De grootste gezondheidswinst behaalt een rokende medewerker door te stoppen met roken. Aangezien bijna een kwart van de bevolking nog rookt, hebben medewerkers die stoppen, direct invloed op de gezondheid van uw bedrijf.

SineFuma is gespecialiseerd in stoppen-met-roken-begeleiding en levert daarmee sinds 2008 een belangrijke bijdrage aan een gezondere samenleving. Ons doel is dat er niemand meer hoeft te (over)lijden aan de gevolgen van roken.

Met het 'Rookvrij! Ook jij?'-programma kunnen wij uw bedrijf en medewerkers op weg helpen naar een rookvrije toekomst. Wat kan SineFuma voor u betekenen?

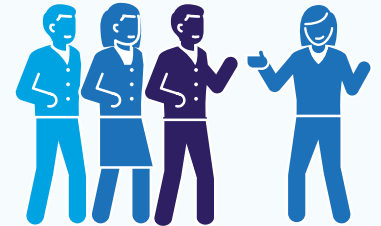
Bewustwording | motiveren

Interactieve informatiestand



- Persoonlijke adviesgesprekken met een coach
- Bewustwording creëren, de eerste 'zaadjes planten' en vertrouwen wekken
- Informatiematerialen
- Interactieve quizvragen over (stoppen met) roken
- Een ademtest (CO-meting) die rokers inzicht geeft in de mate van verslaving
- Informatie en inschrijffijsten voor stoppen-met-roken-begeleiding

Bijeenkomst 'In gesprek over roken'



- Interactieve en motiverende bijeenkomst van 1 uur (op locatie of online)
- Waarom rook je? Wat haal je uit je sigaret?
- Welke motivatie is er om (toch) te stoppen met roken?
- Wat zit er eigenlijk in een sigaret?
- Waarom is het zo moeilijk om te stoppen met roken?
- Mogelijkheid tot blaastest (CO-meting) die rokers inzicht geeft in de mate van verslaving
- Uitleg en informatie over welke stoppen-met-roken-begeleiding u aan de medewerkers aanbiedt

Begeleiden

Incompany groepscoaching



- 7 bijeenkomsten van 1,5 uur (op locatie of online)
- Gezamenlijk één doel: stoppen met roken!
- Gemiddeld 70% is na afloop rookvrij
- Een bewezen effectieve methode
- Ondersteuning van hulpmiddelen en een gecertificeerde coach
- Op moeilijke momenten extra contact met de trainer
- Ademtest (CO-meting) ter motivatie en validatie

Individuele coaching



- 6 gesprekken van 20-30 minuten (telefonisch of online)
- Een eigen persoonlijke coach
- Gemiddeld 68% is na afloop rookvrij
- Een bewezen effectieve methode
- Ondersteuning van hulpmiddelen en een gecertificeerde coach
- Op moeilijke momenten extra contact met uw coach
- In te plannen op momenten die uw werknemer goed uitkomen

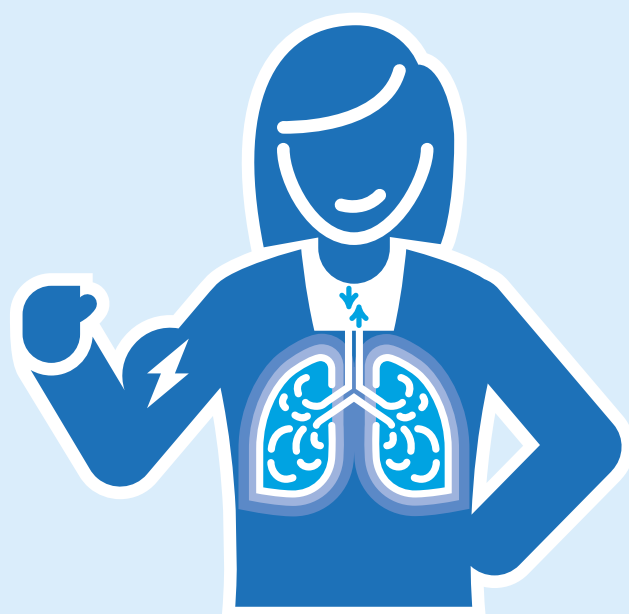
Wat levert stoppen met roken op?

voor de **werkgever**



- ✓ **Verhoogde productiviteit**
30 minuten roken per dag komt neer op 3 vakantieweken per jaar (op basis van 1 fte)
- ✓ **Meer winst**
Een medewerker die stopt met roken, levert een bedrijf per jaar gemiddeld € 4.500 op
- ✓ **Minder verzuim**
1,4% tot 3,4% minder verzuim
- ✓ **Betere werksfeer**
Onder andere minder discussie over rookpauzes

voor de **werknemer**



- ✓ Gezondere longen, hart en bloedvaten
- ✓ Meer tijd, energie en zelfvertrouwen
- ✓ Je slaapt beter en voelt je fitter
- ✓ Je ziet er beter uit
- ✓ Een frisse adem
- ✓ Alles ruikt en smaakt lekkerder
- ✓ Je bespaart geld
- ✓ Niemand rookt meer met je mee

En nog veel meer...

De voordelen van SineFuma

Het SineFuma-team staat voor u klaar

Een enthousiast rookvrij team met passievolle mensen staat voor u klaar om u als werkgever persoonlijk te informeren, adviseren en ondersteunen vanuit één gezamenlijk doel: meer rookvrije medewerkers binnen uw bedrijf.

Het is bewezen dat het werkt

Onze succesvolle aanpak is afkomstig uit Engeland, waar het jaren onderzocht is op effectiviteit. En wat nog leuker is, hier in Nederland zijn de resultaten zelfs nog beter dan daar. Na afloop is circa 70% rookvrij. Daarom staat onze aanpak ook in het Landelijke Kwaliteitsregister Stoppen met Roken en in het Loket voor Gezond Leven van het RIVM.

Onze stoppen-met-roken-coaches

Met ruim 100 beschikbare coaches hebben wij een landelijk dekkend netwerk. Allemaal zijn ze door ons persoonlijk opgeleid en gecertificeerd in het Landelijke Kwaliteitsregister Stoppen met Roken. Zij helpen u graag om uw personeel te begeleiden naar een rookvrij leven.

Financieel aantrekkelijk door samenwerking met zorgverzekeraars

Ons aanbod wordt volledig vergoed vanuit het Basispakket (zonder eigen risico). Met alle zorgverzekeraars hebben wij daar goede afspraken over gemaakt, wat voor u financieel zeer aantrekkelijk kan uitpakken.