

## Werkgevers verdienen meer met minder rokers.

Het STIVORO Behandelcentrum is toonaangevend in Nederland in het aanbieden van zorg en diensten op het gebied van stoppen met roken. De begeleidingstrajecten van STIVORO zijn wetenschappelijk onderbouwd en bewezen effectief. Werkgevers maken daarom steeds vaker gebruik van onze diensten om hun medewerkers te begeleiden bij het stoppen met roken.

## Onze visie

Stoppen met roken is een individuele verantwoordelijkheid. Voor werkgevers is het belangrijk dat hun medewerkers die verantwoordelijkheid nemen. Het gaat bij roken immers niet alleen om de gezondheid van individuele medewerkers maar ook om een financieel belang van de werkgever.

Een rokende medewerker is een duurdere medewerker dan een gezonde niet rokende medewerker. Daar zijn verschillende redenen voor. Allereerst zijn medewerkers tijdens rookpauzes niet aan het werk en hebben deze pauzes in de praktijk de neiging nogal eens uit te lopen. Een gemiddelde roker die drie keer per dag een rookpauze van 10 minuten neemt, heeft op jaarbasis bijna drie volle weken extra vakantie! Daarnaast is het ziekteverzuim van rokende medewerkers hoger dan dat van niet rokende collega's. Het gaat hierbij gemiddeld om enkele ziektedagen per jaar. In de onderstaande tabel worden enkele rekenvoorbeelden uitgewerkt.

Loonkosten per uur	Aantal rookpauzes van 10 min. per dag	Afwezigheid werkplek uren per jaar	Kosten afwezigheid werkplek ( € )	Extra kosten ziekteverzuim ( € )	Totale kosten t.g.v. roken ( € )
10	3	115	1.150	258	1.408
10	5	192	1.920	626	2.546
20	3	115	2.300	516	2.816
20	5	192	3.840	1.252	5.092
30	3	115	3.450	774	4.224
30	5	192	5.760	1.878	7.638

\* Uit onderzoek blijkt dat een gemiddelde roker (in de tabel verwerkt als 3 rookpauzes per dag) jaarlijks 1,4% meer werktijd verzuimt wegens ziekte (1,4 % x 40 x 46 weken = 25,8 uur per jaar). Voor een zware roker (tabel: 5 rookpauzes per dag) is dit 3,4 % (62,6 uur per jaar).

De kosten van de rookruimtes en het verlies van productiviteit door wrovel tussen rokers en niet-rokers zijn in bovenstaande berekeningen niet meegenomen.

Het probleem van de individuele roker is een verslavingsprobleem. Meer dan 70 procent van ondervraagde rokers wil graag stoppen. Zonder professionele begeleiding is stoppen met roken zelden effectief. Het is dus zowel in het belang van de werkgever als in het belang van de rokende werknemer om professionele hulp in te huren bij het stoppen met roken. Een vitalere werknemer is immers een gelukkiger mens én een productievere werknemer.

Om werkgevers te ondersteunen bij het terugdringen van de kosten die met rokende werknemers samenhangen, heeft STIVORO twee soorten diensten ontwikkeld:

- Presentaties om inzicht in rookgedrag en motivatie om te stoppen te vergroten.
- Begeleiding van werknemers bij het stoppen met roken.

## **Presentaties**

### Groepspresentatie

In de presentatie geeft STIVORO aan werknemers informatie over rookverslaving en het stoppen met roken. Ook besteden we aandacht aan hulpmiddelen die het stoppen met roken kunnen ondersteunen. Verder lichten we de groepstraining Pakje Kans en de Telefonische Coaching toe. En we nemen een blaastest af om de hoeveelheid van het giftige gas koolmonoxide te meten. Deze presentatie kan werknemers motiveren om te stoppen met roken.

### Standbezetting

Regelmatig organiseren bedrijven een gezondheidsmarkt voor hun werknemers. Op deze markt geeft STIVORO advies over het stoppen met roken. De werknemers krijgen diverse brochures en materialen. We nemen ook een blaastest af om de hoeveelheid van het giftige gas koolmonoxide te meten. Dit vergroot de motivatie van werknemers om te stoppen met roken.

## **Begeleiding bij het stoppen met roken**

### Groepstraining Pakje Kans (incompany)

STIVORO organiseert de Pakje-Kans Groepstraining in bedrijven. In deze training stoppen 8 – 12 werknemers samen met roken. De training bestaat uit 9 bijeenkomsten van ongeveer 1,5 uur verdeeld over een periode van 3 maanden. Tijdens de eerste 3 bijeenkomsten staat de motivatie en voorbereiding op het stoppen met roken centraal. Iedere werknemer maakt een eigen stoppen-met-rokenplan en stopt vervolgens met roken.

In de volgende bijeenkomsten werken de deelnemers eraan om een 'niet-roker' te blijven. Hierbij wisselen de werknemers ervaringen uit en oefenen ze nieuw gedrag.

In totaal duurt de begeleiding dus 14 uur. Dat is minder dan een rokende medewerker in 3 weken tijd besteed aan 4 dagelijkse rookpauzes van een kwartier.

### Telefonische coaching

In dit traject begeleidt een telefonische coach van STIVORO de werknemer bij het stoppen met roken. Deze telefonische begeleiding bestaat uit 7 gesprekken, verdeeld over een periode van ongeveer 3 maanden. De telefonische coach maakt in het eerste gesprek kennis met de werknemer. In dit gesprek komen ook de motivatie van de werknemer en de voorbereiding op het stoppen met roken aan bod. Vervolgens ondersteunt de coach de werknemer bij het volhouden van het stoppen met roken.

### Persoonlijke coaching

Persoonlijke Coaching bestaat uit 6 gesprekken in een periode van 12 weken. Het eerste gesprek is een telefonische intake. Het laatste gesprek is een telefonische afronding en evaluatie.

Na de intake volgen 4 face-to-face coachingssessies. Allereerst wordt ingegaan op het rookgedrag, de motivatie om te stoppen, de voorbereiding om te stoppen, het stoppen zelf, de problemen van de eerste rookvrije dagen enzovoort.

Vervolgens wordt op basis van het verloop van het traject ingegaan op onder andere ontweningsverschijnselen, vasthouden van de motivatie om te stoppen, voorkomen van terugval, snoepen en gewichtstoename, moeilijke momenten en sociale druk.

## Prijsoverzicht producten en interventies

<b>Standbezetting per dagdeel van 4 uur</b>	door 2 adviseurs	€ 1.100,00
<b>Presentatie stoppen met roken, grote groep *</b>	door 2 trainers/adviseurs	€ 690,00
<b>Pakje Kanstraining (inclusief CD, werkboek+zakboekje) **</b>	9 Bijeenkomsten x 1 ½ uur, door 1 trainer, 8 – 12 deelnemers, prijs is de maximale prijs voor 12 deelnemers***	€ 4.000,00
<b>Telefonisch coachingstraject **</b>	door een vaste coach, prijs is per deelnemer	€ 280,00
<b>Persoonlijke coaching **</b>	door een vaste coach, prijs is per deelnemer	€ 340,00

### De prijzen zijn exclusief BTW.

\* Bij een kleine groep tot 15 personen wordt de presentatie door 1 trainer/adviseur verzorgd; de prijs bedraagt in dat geval € 385,00.

\*\* STIVORO zal in voorkomende gevallen voor deelnemers aan Pakje Kans, Telefonische Coaching of Persoonlijke Coaching bij zorgverzekeraars een bedrag kunnen declareren. De uitgekeerde bedragen worden na aftrek van administratiekosten met de opdrachtgever verrekend. In die gevallen worden de kosten voor de werkgever dus beduidend lager.

\*\*\* Als er minder dan 12 deelnemers voor een Pakje Kans Groepstraining zijn aangemeld, wordt op de prijs een bedrag van € 50,00 in mindering gebracht voor iedere "ontbrekende" deelnemer, met een maximum van € 400,00 (deze korting geldt dus niet voor aangemelde deelnemers die niet komen opdagen!).

STIVORO streeft ernaar om de diensten met een trainer/deskundige uit uw regio te organiseren. Mocht dat niet mogelijk zijn dan zal er in overleg een reistoelage in rekening gebracht worden.

### Voor meer informatie over STIVORO voor bedrijven:

[www.behandelcentrumstivoro.nl](http://www.behandelcentrumstivoro.nl)

070-3120477

E-mail: [info@stivoro.nl](mailto:info@stivoro.nl)