

Keynote 8 december 2025

Door: Marieke Helmus van Pharos

symposium

Rookvrij leven

in de wijk

8 December

Rookvrije beweging in de wijk

Van een paar pioniers naar vele rookvrij ambassadeurs in 38 wijken

Goeiemorgen allemaal! Mijn naam is Marieke Helmus. Ik ben de initiatiefnemer van het programma '[Rookvrij leven voor iedereen](#)' vanaf het allereerste begin. Ik ben ontzettend trots. We zijn hier met zo'n 165 mensen uit alle 38 wijkaanpakken vanuit het hele land.

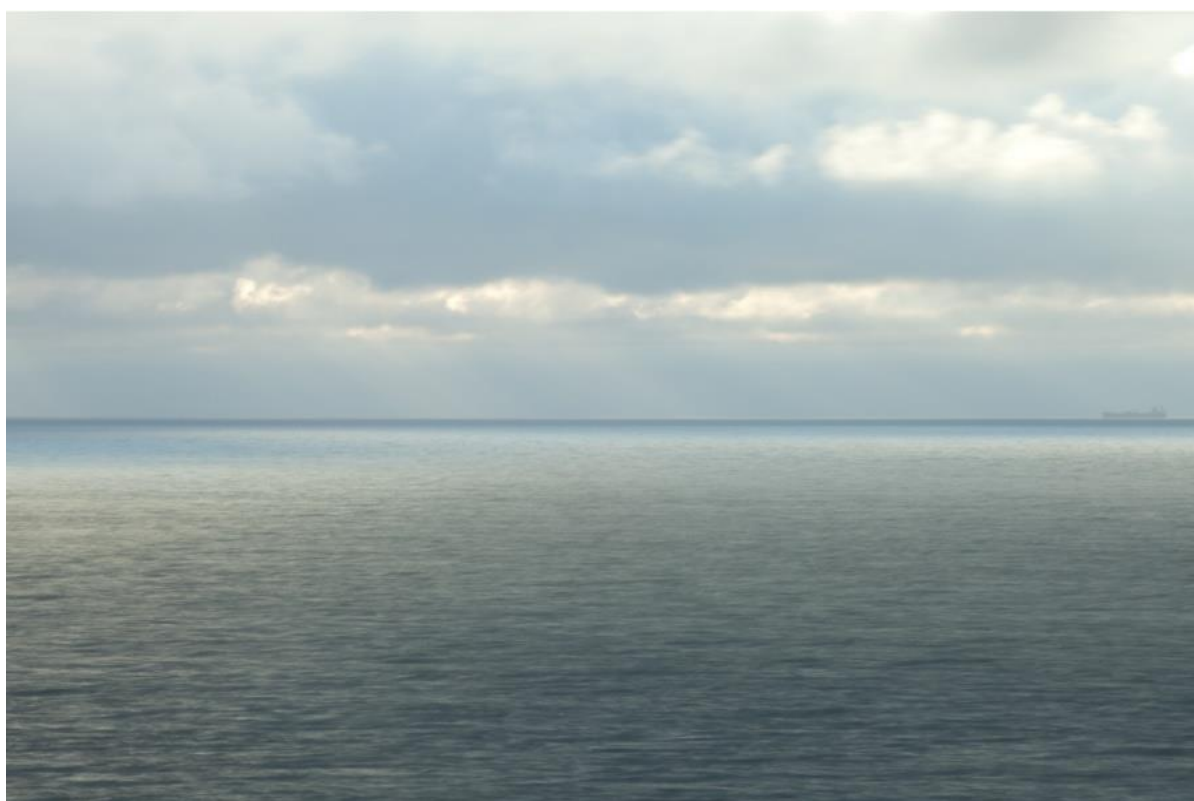


Foto: New Horizons: Bruno van Elshout

Vandaag hebben we de rust en ruimte om terug te kijken op drie jaar werk, te vieren wat jullie hier in de zaal hebben bereikt en te bedenken hoe we samen verder gaan. Ik hoop dat jullie er allemaal zin in hebben!

Nicotineverdriet



Foto: Sas Schilten, Beeld rechts: still uit video van #vapenjouwkeuze

Kijk naar de man uit de wijk Harderwijk op de foto links. Hij rookte vroeger. Als je verslaafd bent aan roken, dan ben je vaak de hele dag bezig met roken. Een deel van de rokers moet 's nachts opstaan om nicotine te inhaleren, omdat ze aan het ontwennen zijn. Je bent niet vrij. Daar gaat deze foto over.

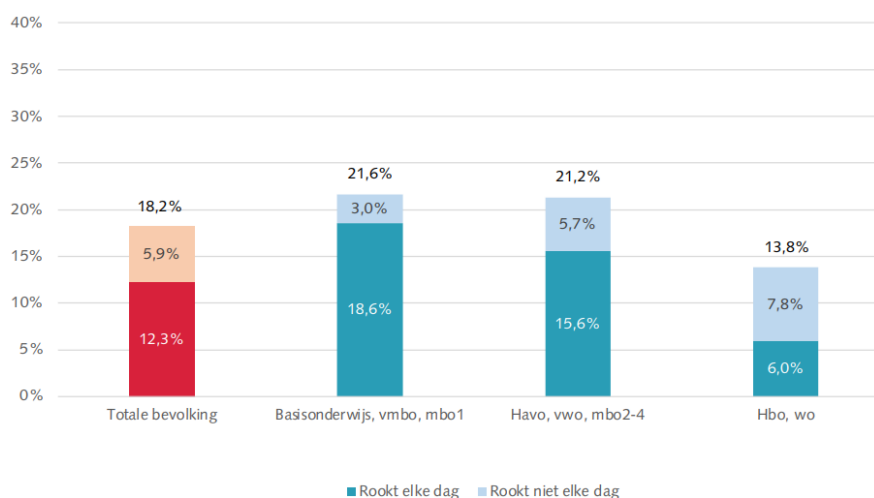
En dat het rechter meisje. Ze vertelt in een video over een geheim plekje naast haar bed, waar haar vape ligt om 's nachts te kunnen gebruiken. Vorige week kwam onderzoek uit: 35% van de vapende tieners gebruikt in de nacht ook, een teken van een ernstige nicotineverslaving¹.

Jullie weten het allemaal: nicotine grijpt diep in op het brein. Roken is geen vrije keuze, maar een dodelijke verslavingsziekte, die miljoenen mensen in de greep houdt.

De tabaksindustrie blijft doelbewust producten ontwikkelen die nog verslavender en schadelijker zijn, zoals vapes en snuss, gesteund door miljarden aan marketing en een agressieve lobby, die twijfel zaait en de verantwoordelijkheid afschuift.

De gevolgen zijn verwoestend. In Nederland zijn ruim [670.000 mensen](#) chronisch ziek door roken en elk jaar sterven 20.000 mensen voortijdig. Achter elk overlijden staan kinderen, partners, vrienden en families die rouwen.

figuur 5. Percentage rokers in 2024 naar opleiding.



Bron: Trimbos, [kerncijfers roken 2024](#)

Roken treft mensen ongelijk

Het leed treft niet iedereen gelijk. Het maakt wel degelijk uit waar je wieg staat. Nederland kent het grootste verschil in rookgedrag tussen arm en rijk in Europa. In arme wijken is roken de norm, en juist daar zien we de [hoogste sterfte door kanker](#) en hart- en vaatziekten. [Meer dan 1 op de 3 mannen](#) met praktische opleiding rookt dagelijks en dat zijn vaak vaders. Mensen met een lage sociaaleconomische positie beginnen eerder, zijn sterker verslaafd en ervaren enorme barrières bij het stoppen, terwijl zij net zo gemotiveerd zijn... Het gaat om bijna een miljoen mensen.



Foto: rechtenvrij door Pharos

In 2020 gaf Pharos en FNO de [opdracht aan onderzoekers](#) van AMC, Trimbos en onderzoeksinstituut IVO om op een rijtje te zetten wat wel werkt om mensen met lage sociaal economische positie goed te helpen bij het stoppen met roken. Het gaat om:

- Investeren in werving, ondersteuning, nazorg en hulp bij onderliggende problemen;
- Structurele financiering en vergoeding van meerdere stoppogingen per jaar;
- Betere opleiding van professionals;
- Samenwerking tussen zorg en maatschappelijke organisaties.



Plaatje van internet

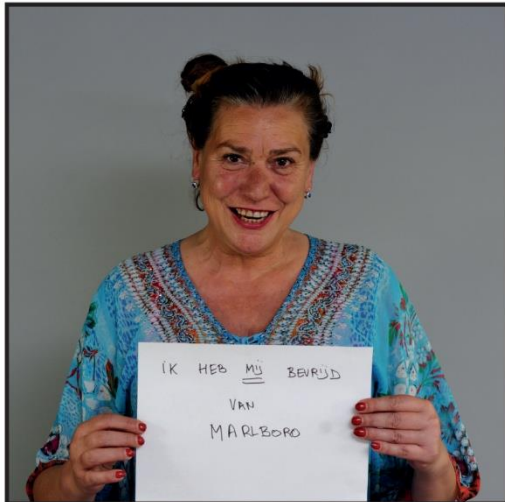
De kennis was er sinds 2017, maar niemand die zich daar echt om bekommerde. Het [Nationaal Preventie Akkoord](#) werd gesloten in 2018 met vele partijen. De meeste acties en beleid, volgden niet wat werkt, waren niet afgestemd op groepen die dat extra nodig hebben. Die hele groep van een miljoen mensen met praktische opleiding en rookverslaving werd aan zijn lot overgelaten.

Er moest iets gebeuren, vond ik.

Hoe kom ik tot zo'n sterke drang om iets te doen?

Ik ben meer dan 10 jaar verslavingsarts geweest bij de Jellinek in Amsterdam tot 2017.

Ik zag dat roken, zo vaak, bij zo velen, veel te vroeg, verwoestende gevolgen heeft.



Fotograaf: René Frese

Ik zag ook dat twee van mijn patiënten, hier op de foto's, wel konden stoppen met intensieve hulp, die tijdelijk door mij geboden kon worden via een pilot. Zij waren zo trots. Geweldig om hen te zien stoppen. Geweldig! Maar een druppel op de gloeiende plaat.

De oorzaak van de diepe nicotineverslaving en gezondheidsleed, lag vooral op het vlak van armoede, chronische stress en sociale druk ook vanuit de zorg waar gerookt werd. Als arts zag ik in dat er naast medisch, veel meer sociaal gekeken moet worden naar rookverslaving, diep vanuit de haarvaten van aandachtswijken.

Ik wilde niet een kleine groep patiënten van hun rookverslaving afhelpen vanuit mijn spreekkamer. Ik wilde gaan voor een veel grotere verandering. Ik wilde die 1 miljoen rokers, met weinig geld of praktische opleiding, een goede kans geven om te kunnen stoppen. Maar die hulp was er niet in Nederland en ik besepte dat niemand er nog voor streed. Dat was het moment, in 2017, dat ik heel bewust stopte als verslavingsarts.



Foto: familiearchief Jos en Ria Janssen

Mijn drang voor verandering, mijn wens, op rookvrij is extra sterk door iets in mijn familie.
 Het meisje met het brilletje is mijn moeder Jos en haar zusje Ria.
 Mijn moeder verloor haar beide ouders heel jong aan kanker.

Ik zwaai naar mijn moeder.

Ze zit hier in de zaal.

Het was nog in de tijd, 1963, dat bekertjes met sigaretten op tafel stonden als traktatie en dokters roken aanprezen terwijl al voor 1950 bekend was dat roken kanker veroorzaakt.

Mijn moeder verloor haar vader aan longkanker. Hij rookte Cabellero's zonder filter.
 Haar moeder overleed een jaar daarna. Iets met maag en verdriet en kanker.

Mijn opa en oma.. Ik heb ze nooit gekend.

Mijn moeder liet aan mij en mijn zus weinig merken

Mijn moeder droeg het verlies in stilte

Dat verdriet zit echter ook in mij.

Misschien herken je iets in mijn persoonlijke verhaal.

Ik noem dit 'Nicotineverdriet'.

Het verlies van naasten door nicotineverslaving.

Nu, 63 jaar, nadat mijn moeder haar ouders verloor, verliezen in Nederland nog steeds jaarlijks 100'en tot 1000'en kinderen hun ouders aan roken.

Dit moet stoppen.

Ik werd boos.

Ik wilde zorgen voor verandering.

Ik stopte als arts

Ik ging me inzetten voor een rookvrij Nederland voor *Iedereen*.

En ik was niet de enige. Hier...

Het bleek dat meer mensen een soortgelijk wens hadden.

Mensen in deze zaal!

Bondgenoten

Rond 2017 stonden de eerste rookvrije ambassadeurs op. Lida Samson in Haarlem. Lida wil je gaan staan? In Amsterdam Noord roerde Els Annegarn zich, parel van het eerste uur. Els, wil je gaan staan? Velen keken de video's van mensen met ervaring uit A'dam Noord, waarmee Els samenwerkt. Wanda de Kanter, wil je gaan staan? Anderen die al vele jaren actief zijn: Akke uit Fryslan met haar vangnetfunctie voor stoppen met roken. Remzi al vele jaren intercultureel voorlichter en stopcoach. Ook in Den Haag Escamp en in Nijmegen Lindenholt werd gepioneerd. Dit waren mijn bondgenoten! Ze leerden mij wat er nodig is wat ons te doen stond..



Beeld: still uit video van Yolande (A'dam Noord)

Hoe is dit iets van iets kleins naar iets groots gegaan?

Vanaf mijn eerste werkdag bij Pharos, vanaf 2018 zette ik overal mijn voet tussen de deur.

En iedereen weet dat ik altijd zulke hakken droeg. Ik presenteerde vanuit Pharos, gevraagd en ongevraagd, tijdens landelijke Stoppen-met Rokenwerkgroepen en bestuurlijke overleggen. Ik deelde ervaringsverhalen, praktijk en wetenskapskennis over wat nodig is om mensen in armoede of met minder opleiding te helpen.



Met vele partijen, zetten we de [Coalitie Iedereen Rookvrij](#) op, waar Selinde van GGDGHOR Nederland en Jessica van GvRV hard aan trokken. We schreven [een pleidooi](#) en streden voor de subsidie van deze wijkaanpakken.

Van pionieren naar een groot programma waar sociaal domein een belangrijke nieuwe rol kreeg. Samen hebben we de stroom kunnen veranderen.

VWS maakten de subsidie in 2023 mogelijk! Sebastiaan de Groot, Martijn Martena, Victor Sannes, willen jullie gaan staan? De volgende mensen maakten het ontstaan van [het programma Rookvrij leven voor Iedereen](#) mogelijk: Collega's van Pharos: Fien, Diede, Annegien, Susan, Monique, Annelies, Vevean, Tamer, Majorie en Saskia, willen jullie gaan staan? Collega's van GGDGHOR Nederland: Selinde, Roos, Ton, Martine, Fleur, Celine en alle anderen, willen jullie gaan staan? Attie en Esther van Verslavingskunde NL, Jan Willem en anderen van BPSW, willen jullie gaan staan? Collega's bij SWN, Sigrid, Esther, Sophie, en anderen van Trimbos, collega's van onderzoeksinstituut Ivo, Rianca en Paul van Gezondheidsfondsen van Rookvrij, Rens van VNG, willen jullie allemaal gaan staan? Door jullie steun is de wijkaanpak mogelijk gemaakt.



Plaatje: alle 38 wijken

En nu de allerbelangrijkste mensen. Alle mensen uit de 38 wijken.

Wil iedereen die afgelopen 3 jaar mee heeft geholpen in de wijkaanpakken, gaan staan? Wijkregisseurs, opbouwwerkers, maatschappelijk werk, buurtsportcoaches, schuldhulpverleners, stoppen met roken experts, allerlei type zorgverleners, sleutelpersonen, ervaringsdeskundigen, ondernemers en heel veel inwoners.

Samen willen we verandering realiseren

Samen willen we het grote leed door roken en vaperen terugdringen

Samen willen we de onrechtvaardigheid doorbreken

Vaders, moeders, opa's en oma's, beste vrienden en collega's

Samen hebben we een krachtige stem

Samen werken we aan een rookvrij en vapevrij leven voor iedereen.

Applaus voor jezelf!

Het programma in een notendop

Iedereen mag weer gaan zitten. Even terug ook voor mensen die de wijkaanpak niet hebben meegemaakt. Waar hebben we aan gewerkt samen?

We hebben 2,5 jaar in elke wijk samengewerkt, gericht op 3 doelen:

1. Het gesprek over roken openen en versterken
2. Verbeterde toeleiding naar geschikte SMR-zorg
3. Versterkt begrip van passende SMR-zorg

Wat maakt de wijkaanpak uniek?



- **Startpunt: de lokale context van de wijk** – de aanpak afgestemd op de wijkenmerken en behoeften. Een wijk in Katwijk is heel anders dan een in Zuid-Limburg. Een wijk in Den Haag heel anders dan een in Zwolle.
- **Startpunt: het perspectief van de inwoner** – We hebben een focus op inwoners in kwetsbare situaties. We gaan uit van ervaringskennis. We leren onze oordelen parkeren en onze aannames uitdagen. Het doel was niet alleen roken bespreekbaar maken, maar vooral aansluiten bij wat bewoners écht nodig hebben. Soms bleek verbinding bleek de sleutel tot duurzame verandering
- **Startpunt: integrale samenwerking** – we leerden samenwerken als team met van inwoners, ervaringsdeskundigen, sleutelpersonen, sociaal werkers, preventieprofessionals, de GGD, gemeente en soms ook ondernemers, van nagelstudio tot bokscub. Sociaal werk was hierin vaak de spil: die kent de wijk en de mensen uit de wijk. Het was ook nieuw: niet eerder van stoppen met roken vanuit sociaal domein aangevlogen. Ondertussen is er En de laatste 2 jaar is er na de signalen uit de praktijk nu ook vanuit de wetenschap [krachtig bewijs](#) geleverd dat sociaal domein het gesprek over roken [wel graag](#) wil voeren.

- **Startpunt: roken als verslavingsziekte** – we leerden hoe armoede, chronische stress en verslaving samen hangt.

Elke wijk heeft zijn eigen pad bewandeld. Hoe ziet dat er nu bijvoorbeeld uit in de wijk Hoge Vught in Breda, waarin de relatie met de bewoners leidend is geweest? Dat gaan we zien in [deze video](#).



Dit was Breda.

Elke wijk heeft zijn eigen verhaal

Hoe betrek je inwoners echt goed?

Wat is er in deze wijk al aan zorg voor stoppen-met roken? Wat is er allemaal nog niet?

Hoe werk je samen vanuit sociaal domein, preventie en zorg?

Het leerproces vraagt vertrouwen, lef, en flexibiliteit.



Elke wijk heeft zijn eigen pad bewandeld;
Al doende leren en ontdekken welke activiteiten echt passen in jouw wijk en hoe je die vervolgens weer zo sterk mogelijk kan maken.
Jullie hebben in 38 wijken ontzettend veel werk verzet.

Wat zijn de resultaten van al dat werk?

Er is 2,5 jaar kwalitatief onderzoek gedaan door onderzoeksinstituut Ivo en Trimbos.
Het blijkt dat er 6 type activiteiten ontwikkeld zijn, ik ga ze alle 6 kort doorlopen.
1. Activiteiten gericht op voorlichting. Maar niet voorlichting in de zin van zenden.

KEN'S FOODEXPRESS
presenteert:
KEN'S KENNIS
ROKERS EN VAPEERS
WETEN NIET HALF
HOE GOED
MIJN ETEN SMAAKT

Wil jij stoppen met roken? Er is gratis hulp!
Gebruik de QR code of ga naar ggdfrylan.nl/igor en vind een stoppen met roken coach dichtbij.

De begeleiding door de coach wordt helemaal betaald door de zorgverzekering. Zonder eigen bijdrage!

Stoppen met roken levert de gemiddelde roker €250 per maand op. Daarnaast smaakt het eten weer zoals het bedoeld is.



In Boxmeer wordt nauw samengewerkt met inwoners die gestopt zijn of willen stoppen. Samen werd een boekje gemaakt met stoere en prachtige ervaringsverhalen om andere wijkbewoners een hart onder de riem te steken. In Lemmer wilde Surinaamse maaltijdbezorger Ken graag samenwerken. Zijn poster zegt genoeg. Er zijn duizenden gedrukt en in elke maaltijd gaat ie mee. Zoiets bedenkt je toch niet?

Het is duidelijk geworden dat het gesprek over roken pas echt op gang komt wanneer het onderwerp via vertrouwde gezichten, op laagdrempelige plekken en met middelen die aansluiten bij de leefwereld van bewoners.



En dat kunnen natuurlijk ook jongeren zijn. In gesprek met groepen jongerenwerkers, kwam naar voren dat het belangrijkste is dat je een vorm kiest, waarbij je van geslotenheid naar openheid weet te komen over vaperen en roken. Eerst werken aan vertrouwen.

2. Activiteiten gericht op een laagdrempelig, gesprek met inwoners over roken.



- Dat gebeurde soms met een samen met inwoners ontwikkelde nieuwe gespreksmiddel, zoals in Hilversum de ‘Babbelschijf’ of hier op de foto te zien Emin, Sylvia en Roos met hun ‘Chatminaret’ op het Rookvrije plein voor de moskee.
- Op de foto rechts zie je een Iftar, een diner voor iedereen, in de wijk het Franse gat in Veenendaal waar het gesprek ging over het leven in de wijk en wat roken betekent.

Ik was hier zelf 2 jaar geleden bij en zag hoe er spontaan een samenwerking ontstond vanuit een gratis kledingwinkel.

3. Activiteiten gericht op participatieve en wijkgerichte rookvrij-initiatieven



- Op de foto zie je ‘special forces’ gymles in Roosendaal (ervaringsgerichte leefstijl gymles voor groep 7 en 8) Een groot succes in de wijk, die nu bij alle 20 basisscholen in Roosendaal gegeven gaat worden.
- Onderin op de foto de peuken opruim actie in Gorinchem. Uit ervaring kan ik zeggen, peuken opruimen geeft veel aanspraak.
- Recht creatief in Emmen. Rechtsonder zie je de opname van het lied door en voor jongeren. Ik zal even een stukje zingen, denk er even een elektronische beat onder en een galm: ‘Rookvrij leven voor iedereen’

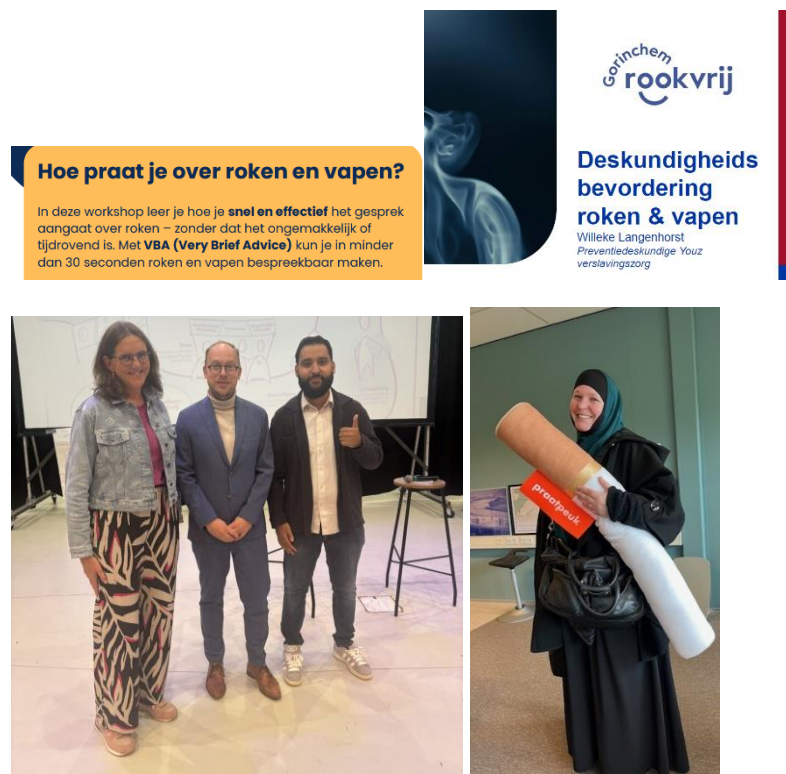
4. Activiteiten gericht op informeren en agenderen van professionals en lokale partners over roken, vaperen en hun rol



Er is ontzettend veel genetwerkt formeel en informeel kennis gemaakt workshops gegeven aan allerlei type professionals in alle wijken. Er werd geleerd over hoe nicotine verslaving werkt, wat roken en meeroken is, wat en vape eigenlijk is en dat er gratis hulp is.

Soms is dit iemand die dit in zijn vakgebied geïntegreerd en stilletjes heel veel mensen oordeelvrij helpt en een voorbeeld is voor zijn collega's. Soms is dit een aanjager, een ambassadeur, een strijder, een verbinder die heel veel mensen weet te verleiden om mee te doen. Beide type mensen zijn een onmisbare schakel voor een integrale aanpak op roken, vaperen, die rekening houdt met de context van mensen en daardoor echt werkt. We zien dat de vele scholingen die in sociaal domein en zorg in wijken werden gegeven, zich nu uitbreiden naar hele gemeentes of zelfs regio's.

5. Activiteiten gericht op handelingsperspectief en samenwerking voor professionals



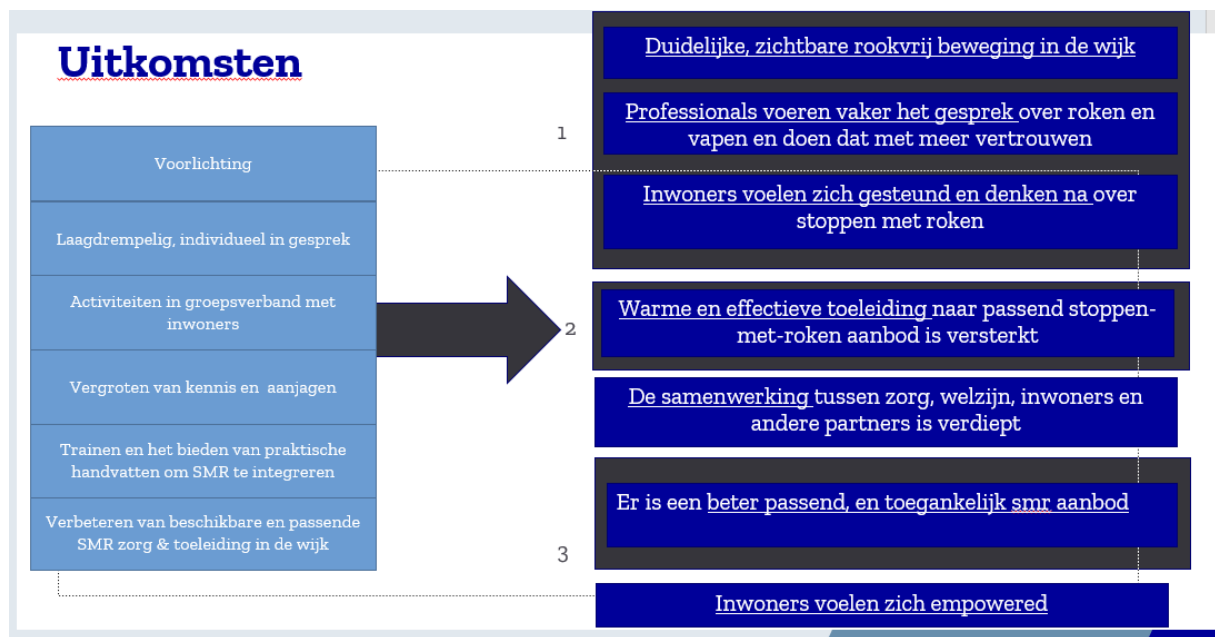
- Professionals krijgen bijvoorbeeld Hilversum en Gorinchem praktische handvatten, training en ondersteuning om rookvrij- en SMR-thema's effectief in hun werk te integreren en samenwerking met partners te versterken.
- De samenwerking met lokale partners –van huisartsen tot welzijnsorganisaties, van moskeeën tot scholen is een cruciale factor in Utrecht. Dit vergroot het bereik en zorgt voor duurzame verankering in lokaal beleid, de wethouder hier op de foto stimuleert monitoring en borging.
- Ook zie je GGD wijkregisseur Madelein uit Almere, een super verbinder. Helaas is ze niet aanwezig door ziekte en neemt Rentate haar taken goed over. De versterking vanuit deze activiteiten leveren ook versterking op andere gezondheidsonderwerpen op doordat het netwerk versterkt.

6. Activiteiten gericht op het verbeteren van beschikbaarheid en passendheid van SMR zorg & toeleiding in de wijk



- Bij stress enzo in Beverwijk is er volop aandacht voor stress, parallel aan hulp bij stoppen.
- In Lemmer: kan je zelf lekker komen logeren terwijl je samen stopt
- In verschillende wijken zijn inwoners opgeleid tot Rookvrij ambassadeurs
- Er zijn vele nieuwe coaches opgeleid, die lokaal de wijk goed kennen, soms meerdere talen spreken, daar hoort Fries, Gronings en Limburgs ook bij.
- Steungroep door inwoners zijn in veel verschillende wijken opgezet. En specifieke SMR cursussen voor vrouwen

Wat zijn dan de uitkomsten van deze 6 activiteiten?



Afhankelijk van welk type activiteiten in de wijk georganiseerd worden, zorgen ze voor verschillende veranderingen (output) en effecten (outcome) in de wijk.

Je ziet nummer 1, 2 en 3 staan die linken naar eerder genoemde 3 programma doelen.

Als er qua activiteiten links veel gericht is op trainen professionals, dan zie je dat de vaardigheden versterken en zie je vervolgens in het onderzoek dat er vaker en passend het gesprek wordt gevoerd, waardoor de norm in de wijk kan veranderen of meer mensen worden toegeleid naar hulp. Als wijken zich meer richten op langdurig samenwerken met inwoners, en dan zie je dat er lokale steungroepen ontstaan, koffie-uurtjes, die over veel meer gaan dan stoppen met roken maar verbinding in de wijk, waardoor een sterkere basis ontstaat om te kunnen Stoppen-met-Roken. Verder hebben we gezien in interviews met stoppen-met-roken coaches dat ze graag meer vaardigheden opdoen om persoonsgericht (toegankelijk, stress en cultuursensitief) te kunnen gaan werken. Dit zit onvoldoende in de opleiding.

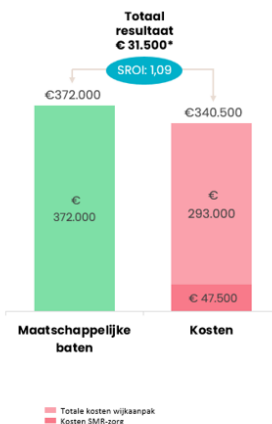
Effectonderzoek

Om ook te proberen de wijkaanpak kwantitatiever in beeld te brengen heeft GGDGHOR Nederland aan Adviesbureau Purpose de opdracht gegeven een effectmeting te doen van de maatschappelijke waarde van de wijkaanpak. Dat zijn best complexe onderzoeken, daarom geeft Purpose ook een workshop vanmiddag. Om jullie niet te bombarderen met heel veel grafieken op een slide, vertel ik jullie graag kort wat over de uitkomsten. Van wat we hebben kunnen meten heeft Purpose gevonden dat de wijkaanpak positief bijdraagt aan de doelstellingen van de wijkaanpak.

In Breda en Harderwijk is op casusniveau onderzoek gedaan om zicht te krijgen op de maatschappelijke kosten en baten.

Impactanalyse: casus Breda en Harderwijk

- Wijkaanpak zorgt voor meer verbinding in wijk, sterkere niet-roken norm en meer toeleiding naar passende SMR-zorg
- Toeleiding van inwoners naar SMR-zorg in Breda heeft een positief maatschappelijk resultaat van €1,09 > elke geïnvesteerde euro levert meer op



Rapport van Maatschappelijk Adviesbureau Purpose

24

In Breda zijn de kosten van de SMR-zorg en de brede wijkaanpak vergeleken met wat het heeft opgeleverd dat 200 mensen in Breda zijn gestopt met roken. Iedere geïnvesteerde euro tijdens de pilotfase van de wijkaanpak in Breda (inclusief vormen en opstarten van het kernteam, het doen van onderzoek en het ontwerpen van interventies) levert de maatschappij, door de toeleiding en inzet van SMR-zorg die is ontstaan, € 1,09 op.

Nu al positief, maar nog meer effect mogelijk!

- Meer maatschappelijke baten in de toekomst
- Minder kosten in de toekomst
- Interesse in SMR-coaching lijkt toe te nemen



Dit is de meest conservatieve berekening.

Als we kijken naar baten en hebben we bepaalde baten niet kunnen weergeven in geld.

- de kosten SMR-coaching plus de kosten van de gehele wijkaanpak meegenomen (inclusief vormen en opstarten van het kernteam, het doen van onderzoek en het ontwerpen van interventies), terwijl daartegenover alleen met de baten van de SMR-coaching wordt gerekend.
- Het is aannemelijk dat er meer maatschappelijke baten zijn dan in de huidige berekening terugkomen. Bijvoorbeeld, inwoners die op eigen kracht stoppen (zonder coaching), evenals degenen die door deelname aan het kernteam een sociaal netwerk opbouwen, minder eenzaamheid ervaren en meer zingeving vinden. Erg belangrijk, maar lastig te meten.
- De verwachting is daarnaast dat kosten bij het voortzetten van de wijkaanpak in de toekomst lager zullen liggen, omdat er al veel in gang is gezet.
- Ook geven de wijken aan dat de interesse in SMR-coaching lijkt toe te nemen nu het einde van de pilotfase nadert. Wanneer meer mensen stoppen met roken (door coaching) stijgen de baten meer dan de kosten voor coaching stijgen.

Beide factoren (op zichzelf, maar ook in combinatie) zouden ertoe kunnen leiden dat de baten op lange termijn nog verder toenemen

Wat nog volgt zijn de onderzoeksresultaten van Rescon, die onderzoek deden naar tranche 4 en 5, de laatste 2 groepen wijken, zoals wij dit noemen.

De rookvrij leven voor iedereen beweging

Alle wijken hebben dus hun eigen pad bewandeld, met veel variatie in activiteiten, uitkomsten en impact.

Toch zien we in alle wijken dat er een lokale beweging is ontstaan.

- Een beweging die anders denkt, doet en organiseert rondom roken.
- Doordat we dat met 38 wijken en 22 GGD'en en vele zorg en welzijnsorganisaties hebben gedaan: ook een landelijke beweging. En die ligt in jullie handen.

We hopen dat we samen de beweging verder door kunnen geven aan nieuwe wijken, met deze nieuwe manier van werken.

Handreiking met lessen en tips

Wil je zelf aan de slag met een wijkaanpak of verder leren als je al werkt aan een wijkaanpak? Gebruik dan de spiksplinternieuwe [handreiking](#), met dank aan Pharos collega's Diede en Emma. Ik heb geen rode grote knop. Maar die knop heb je zelf in handen.



Je kan de handreiking [hier](#) vinden. Er staan lessen en tips in die gelden voor iedere wijkaanpak. Dus ook een wijkaanpak op overgewicht, valpreventie of eenzaamheid, en per hoofdstuk specifieke lessen en tips die gaan over het thema roken en vaperen. Er staan ook adviezen in voor gemeenten op borging. Essentieel voor borging is een goede opdrachtgever, die zorgt voor een opdracht om roken op een oordeelvrije manier bespreekbaar maakt en daar zijn tijd, scholing en reflexieve monitoring voor nodig. We horen de komende weken heel graag jullie reactie hierop.

Wat kunnen jullie van Pharos verwachten waar je wat aan hebt voor jouw wijk?

Advisering wijken

- We zullen tot maart 2026 18 wijken maandelijks blijven adviseren om te komen tot optimale resultaten.
- Er komen nog een aantal leerkringen, online bijeenkomsten en reflecties sessies, ook een bijeenkomst voor ambtenaren, zodat alle 38 wijken nog zoveel mogelijk van elkaar kunnen leren op borging .
- Als adviseurs proberen we aanwezig te zijn bij belangrijke borgingsbijeenkomst, zoals al bijvoorbeeld zijn geweest voor regio Fryslan in Lemmer en voor regio Kennemerland in Haarlem. Samen kijken we dan hoe we vanuit Pharos aanjagend en steunend kunnen zijn in de stappen die ambtenaren of wethouders en lokale politiek kan zetten om blijvend geld en aandacht voor rookvrije wijken te houden. Je ziet dat directies van GGD en wethouders stevig gaan staan voor betaalde rookvrij ambassadeurs in de wijken.

Landelijke borging

- a. **We maken een e-learning** van 3 modules van 3 kwartier samen met BPSW en andere partners, zoals VKN, zodat volgend jaar alle sociaal werkers, schuldhulpverleners en buurtsportcoaches en andere werkers in hun nascholing op opleiding oordeelvrij in gesprek kunnen leren gaan over roken en andere thema's.
- b. **Daarnaast** willen we bijdragen aan het verbeteren van de vaardigheden van smr coaches. We hebben gezien in onderzoek dat de coaches beter stress en cultuursensitief willen werken maar dat dit nog niet in hun opleiding of geaccrediteerde nascholing zit.
- c. **en als laatste** gaan we kijken hoe we het netwerk van sleutelpersonen en ervaringsdeskundigen en ervaringsdeskundige inwoners uit de 38 wijkaanpakken extra kunnen steunen en verder kunnen opleiden.

Landelijk nodig voor lokaal effect

Voor goede effecten lokaal hebben we landelijke systeem veranderingen nodig. Gelukkig trekken heel veel mensen en partijen, zoals GVRV, vapenjouwkeuze en rookpreventie jeugd (wanda is hier) er hard aan om verandering te realiseren, met als doel alle kinderen het recht geven om in gezondheid op te groeien, zoals met een rookvrije generatie in wet vastleggen, accijns omhoog, verkooppunten omlaag middels een vergunningsstelsel en wordt er gepleit voor een tabaksverslavingsfonds. De vervuiler betaald.

Pharos blijft zich in brede zin inzetten voor gelijkwaardig samenwerken met de mensen om wie het gaat en het passend/ toegankelijk/ inclusief maken van allerlei zorg en ondersteuning, juist voor de mensen die in minder bevoorrechte posities leven, niet alleen op roken maar op brede gezondheid.

Ook wordt er flink gekeken naar meer budget voor preventie en sociaal domein en ook naar het vastleggen van gezondheidsdoelen in wetgeving. Gezondheid is het belangrijkste wat we hebben.

Waar hebben wij wel invloed op?

Op de lessen die we samen hebben geleerd en die blijven inzetten. En dat we kunnen zorgen dat meer mensen gebruik kunnen maken van onze lessen.

Deel en gebruik de handreiking met geweldige video's en zet je optimaal in voor borging van jouw wijkaanpak. Breng ongelijkheid in beeld — richting wijk, onderwijs, onderzoek, bestuur en breng in beeld wat wel werkt. Samen kunnen we zorgen voor verandering.

Wees bondgenoot voor verandering

- We gaan vandaag tijdens de 'ideeën generator' samen bespreken welke les jij verder in beweging wil zetten en wat we samen zien dat moet gebeuren en waar we anderen voor nodig hebben.
- In de laatste ronde workshops gaan we meer leren over wat je kan doen om je aanpak te borgen. Er is voor elk wat wils. Wil je dat meer zorgverleners het gesprek over

roken aangaan? Bob de Fysio uit Lemmer zegt het je te kunnen leren met lef en lol. Maar ook Purpose is aanwezig over hoe je een effectmeting kan gebruiken om de waarde aan te tonen. GGDGHOR denkt mee over borging en AZWA. Ikzelf ben erg blij dat de [goede zaak](#) aanwezig is, om jou als ervaringsdeskundige, SMR coach of sociaal werker te helpen hoe je lokale politiek kan beïnvloeding om aandacht te vragen voor je aanpak. Durf jij je voet tussen de deur te zetten?

We kunnen allemaal iets doen, iets bijdragen, help elkaar daarmee vandaag

Wij van [GGDGHOR](#) en [Pharos](#) zijn ontzettend trots dat deze beweging is ontstaan.

Draag bij aan verandering.

Zonder jullie. Zijn wij nergens.



BEDANKT

namens alle kinderen in Nederland

Meer weten?

Wil je meer weten over de wijkaanpak, de resultaten of de praktijkverhalen? Stuur een mail naar rookvrij@pharos.nl.