



# Meerjarenplan 2023 t/m 2026

## Programma Rookvrije Generatie Fryslân



Friese  
Preventie  
Aanpak

Rookvrije Generatie Fryslân  
December 2022

## Voorwoord

Beste lezer,

Voor u ligt het meerjarenplan Rookvrije Generatie Fryslân voor de periode 2023-2026. Wij willen ons ook de komende jaren verder inzetten om het vanzelfsprekend te maken dat kinderen rookvrij kunnen opgroeien.

Een Rookvrije Generatie is één van de speerpunten van het Nationaal Preventieakkoord. Het akkoord moet ervoor zorgen dat over ruim twintig jaar roken drastisch is teruggedrongen. De ambitie is dat er in 2040 geen enkel kind meer begint met roken, dat geen enkele zwangere vrouw rookt en het percentage volwassen rokers is teruggedrongen naar minder dan 5%.

De afgelopen vier jaar hebben we samen met onze partners mooie stappen gezet voor de Rookvrije Generatie Fryslân. Maar we merken ook dat sommige ambities een langere looptijd nodig hebben. Ook heeft corona impact gehad door de tijdelijke verandering van focus bij gemeenten en samenwerkingspartners.

Is het nodig? Helaas wel. Hard nodig zelfs. Iedere week opnieuw raken honderden kinderen in Nederland verslaafd aan roken. Maar liefst tweederde van de mensen die blijft roken overlijdt aan de gevolgen hiervan; elk jaar zo'n 19.000 Nederlanders. Roken kan ziekten veroorzaken zoals kanker, hart- en vaatziekten en luchtwegziekten. Ook van meerroken kunnen mensen ernstig ziek worden en er zelfs aan doodgaan, tot wel enkele duizenden per jaar. Ondanks deze harde feiten wordt het nog steeds te normaal gevonden dat kinderen beginnen met roken. Daarnaast zien we dat het aantal mensen dat rookt harder daalt onder mensen met een hoge sociaaleconomische positie dan onder mensen met een lage sociaaleconomische positie, waardoor sociaaleconomische gezondheidsverschillen eerder groter dan kleiner worden en er veel gezondheidspotentieel verloren gaat. Het terugdringen van sociaaleconomische gezondheidsverschillen lukt niet zonder inzet op tabaksontmoediging.

Hieronder kunt u lezen welke activiteiten we willen ontwikkelen om samen tot een Rookvrije Generatie in Fryslân te komen.

Met vriendelijke groet,



**Jantsje Heeringa en Akke Hofstee**  
programmaleiders Rookvrije Generatie Fryslân

Goede gezondheid en welzijn met gelijke kansen voor iedereen in Fryslân is een gezamenlijke ambitie vanuit de Friese Preventieaanpak. Binnen deze samenwerking is Rookvrije Generatie een belangrijk programma



**Friese  
Preventie  
Aanpak**



# Inhoud

Voorwoord .....	2
Inleiding: wat zijn de ambities en wat is ervoor nodig? .....	4
Gevolgen van roken .....	5
Programma Rookvrije Generatie 2023 t/m 2026 .....	8
Elkenien .....	9
Deelprojecten .....	9
<b>Lyts (tot 4 jaar) .....</b>	<b>11</b>
Opvallend in gezondheid met betrekking tot roken .....	11
Wat blijven we doen? .....	11
Deelprojecten .....	11
1. Rookvrije start .....	11
2. Rookvrij opgroeien .....	11
3. Rookvrije kindomgevingen.....	12
<b>Jong (4-18 jaar) .....</b>	<b>13</b>
Wat blijven we doen? .....	13
Deelprojecten .....	13
1. Rookvrij opgroeien .....	13
2. Rookvrije kindomgevingen.....	13
<b>Grut (16 tot ongeveer 67 jaar) .....</b>	<b>15</b>
Opvallend in gezondheid met betrekking tot roken .....	15
Wat blijven we doen.....	15
Deelprojecten .....	15
1. Publiekscampagnes ter bevordering van de Rookvrije Generatie.....	15
2. Stimuleren Rookvrije werkomgevingen .....	16
3. Stimuleren laagdrempelige en passende stoppen-met-rokenzorg .....	16
4. Stimuleren rookvrije zorg .....	17
<b>Wiis (over de derde levensfase).....</b>	<b>18</b>
Wat blijven we doen? .....	18
Wat gaan we doen?.....	18
Stimuleren 'Fitaal Wiis' .....	18
<b>Referenties .....</b>	<b>19</b>
<b>Contactgegevens .....</b>	<b>20</b>
<b>Bijlage 1 .....</b>	<b>21</b>



## Inleiding: wat zijn de ambities en wat is ervoor nodig?

### Ambities

Een Rookvrije Generatie is één van de speerpunten van het Nationaal Preventieakkoord. De ambitie uit het Nationaal Preventieakkoord is dat er in 2040 geen enkel kind meer begint met roken, dat geen enkele zwangere vrouw rookt en het percentage volwassen rokers is teruggedrongen naar minder dan 5% [1]. Alle gemeenten in de provincie Fryslân hebben zich aangesloten bij de Friese Preventieaanpak [2]: Rookvrij is hier een essentieel onderdeel van evenals het terugdringen van sociaaleconomische gezondheidsverschillen, wat niet kan zonder tabaksontmoediging [3]. Ook is een gezonde leefstijl en leefomgeving opgenomen in de Lokale Preventieakkoorden van alle Friese gemeenten. Bovendien past ons programma bij de OKO-aanpak en sluit het aan bij de doelstelling van De Gezonde Generatie [4]. Het is van belang dat nationaal en regionaal/lokaal beleid elkaar aanvullen. Ook uit internationaal onderzoek blijkt dat een combinatie van zowel landelijke als regionale/lokale maatregelen noodzakelijk zijn om daadwerkelijk een generatie rookvrij te laten opgroeien [5].

### Wat is er nodig om de ambities waar te maken?

Om bovenstaande ambities te bereiken is het noodzakelijk om te blijven investeren in het programma 'Rookvrije Generatie Fryslân'. Het kost tijd om niet-roken de norm te laten worden en om de sociale norm voor een rookvrij voorbeeld voor de jeugd te realiseren. Organisaties, professionals en inwoners worden gevraagd hieraan hun medewerking te verlenen door zelf het goede voorbeeld te geven, locaties waar zij zelf verantwoordelijk voor zijn rookvrij te maken en op een positieve manier rokers aan te spreken die zich niet aan het rookvrije beleid houden. Want ondanks alle maatregelen die op landelijk en lokaal niveau gerealiseerd zijn de afgelopen jaren, zijn er nog steeds plekken in onze provincie waar kinderen in aanraking komen met tabaksrook. Om te zorgen dat zij rookvrij kunnen opgroeien, dient de aanpak dan ook verder voortgezet te worden. Kinderen die rookvrij opgroeien leven langer en in betere gezondheid, ze hebben een betere kwaliteit van leven, ervaren minder ziektelast en kunnen langer participeren in het arbeidsproces.

### Draagvlak neemt toe

Uit een peiling van ons gezondheidspanel (2483 deelnemers), blijkt dat het draagvlak voor rookvrije omgevingen toeneemt [bijlage 1].

Draagvlak voor rookvrij beleid is bepalend voor de effectiviteit van de maatregelen. Inwoners worden middels publiekscommunicatie betrokken bij het programma. Dit gebeurt via verschillende kanalen (sociale media, kranten, radio, televisie, website, bijeenkomsten, webinars, aandacht voor rookvrije locaties etc.).

Vanuit de Tabaks- en rookwarenwetgeving worden de komende jaren ook maatregelen getroffen op:

- Het verminderen van het aantal verkooppunten van tabak, o.a. uit de schappen van de supermarkten.
- Het rookvrij maken van de zorg in 2030.
- Het rookvrij maken van alle beheerde en onbeheerde speeltuinen in 2025.
- Het rookvrij maken van alle sportverenigingen en sportevenementen in 2025.



- Het duurder maken van tabak en het minder aantrekkelijk maken van de verpakking van rookwaar.
- Het verbieden van smaakjes in vloeistoffen voor e-sigaretten om het minder aantrekkelijk te maken voor jeugdigen.

### Sustainable Development Goals (SDG's):

Onze ambities sluiten tevens aan bij een aantal SDG's, namelijk de doelen

- 3: Goede gezondheid en welzijn,
- 10: Ongelijkheid verminderen, maar ook de doelen
- 17: Partnerschap om doelstellingen te bereiken,
- 6: Schoon water en sanitair,
- 13: Klimaatactie en
- 14: Bescherming van zeeën en oceanen.

De laatste drie doelen ( 6, 13 en 14) hebben te maken met de milieuaspecten van roken, tabak en andere aanverwante producten [6].

## Gevolgen van roken

Dat roken slecht is voor de gezondheid is inmiddels algemeen bekend. Maar hoe erg is roken eigenlijk? En wat zijn de gevolgen? Hieronder noemen we een aantal feiten en cijfers over roken.

### Sterfte door roken

- Roken is de belangrijkste te voorkomen oorzaak van ziekte en sterfte in Nederland. Er sterven meer mensen door het roken dan door alcohol, te weinig bewegen en obesitas bij elkaar. Elk half uur sterft iemand in Nederland ten gevolge van roken.
- Jaarlijks sterven ruim 19.000 mensen in Nederland aan de gevolgen van roken. Dat is veel meer dan het aantal mensen dat sterft door alcohol, drugs en verkeersongevallen bij elkaar. Daarnaast sterven jaarlijks nog eens 2000 tot 3000 mensen door de gevolgen van meerroken.
- Van alle mensen die blijven roken, overlijdt twee derde uiteindelijk aan de gevolgen van roken.
- Zware rokers ( $\geq 20$  sigaretten/dag) leven gemiddeld 13 jaar korter, matige rokers ( $< 20$  sigaretten/dag) 9 jaar en lichte rokers (rookt, maar niet dagelijks) 5 jaar.

### Ziekten door zelf roken

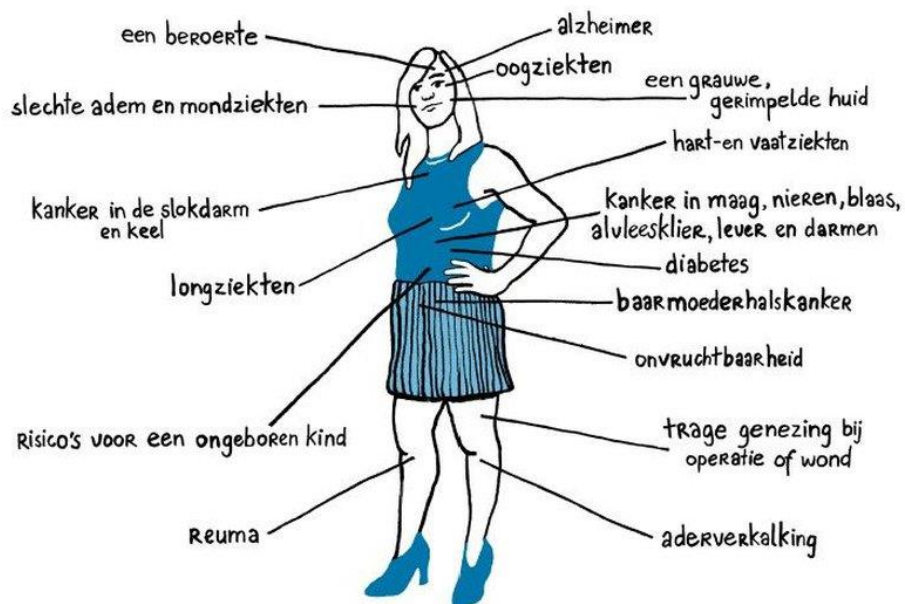
- Bijna 10% van de totale ziektelast in Nederland wordt veroorzaakt door roken.
- Roken veroorzaakt en/of verergert meer dan 30 aandoeningen.
- Roken leidt tot of draagt bij aan het ontwikkelen van: kanker, hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen, overig zoals: Alzheimer, diabetes mellitus type 2, gehoorverlies, slechtere wondgenezing etc.



## Ziekten door meeroken

De gevolgen van roken zijn niet alleen beperkt tot de rokers zelf. Ook meeroken zorgt voor aanzienlijke gezondheidsschade:

- Roken voor de zwangerschap leidt tot verminderde vruchtbaarheid, een hogere kans op een miskraam en buitenbaarmoederlijke zwangerschap.
- Roken en meeroken tijdens de zwangerschap geeft meer kans op o.a. een intra-uteriene vruchtdood, een laag geboortegewicht, vroeggeboorte en aangeboren afwijkingen.
- Na de geboorte hebben kinderen waarbij tijdens of na de zwangerschap wordt gerookt o.a. meer kans op wiegendood, luchtwegklachten, middenoorontstekingen, een lager IQ, ADHD en leerproblemen.
- Bij volwassenen die meeroken hebben meer kans op longkanker, borstkanker en hart- en vaatziekten.
- Iedere dag worden er in Nederland 35 baby's geboren die al in de baarmoeder zijn blootgesteld aan tabaksrook.
- Ieder jaar overlijden er 45 baby's doordat hun moeder tijdens de zwangerschap rookte.
- Kinderen (en huisdieren!) kunnen zich minder goed onttrekken aan tabaksrook en zijn, ook doordat hun organen nog ontwikkeling zijn, kwetsbaarder voor de schadelijke gevolgen van tabaksrook.



## Aanwas nieuwe rokers

- Iedere week raken in Nederland bijna honderd kinderen verslaafd aan roken, de kans hierop is groter wanneer de ouders roken.
- Twee derde van de rokers is begonnen met roken voor zijn of haar achttiende levensjaar.
- Hoe jonger iemand begint met roken, des te erger de verslaving.
- Het is aannemelijk dat vaperen, het gebruik van e-sigaretten, een opstap is naar roken bij jongeren.
- Nicotine is een van de sterkst verslavende stoffen, even verslavend als cocaïne en heroïne.

## Roken en werk

- Roken kost de Nederlandse samenleving 33 miljard per jaar.
- Rokers besteden op jaarbasis in totaal 3 volledige werkweken aan rookpauzes. De productiviteit van rokende werknemers is gemiddeld lager en rokers zijn vaker arbeidsongeschikt.
- Rokers hebben 33% meer kans op ziekteverzuim en verzuimen jaarlijks bijna 3 dagen meer dan hun niet rokende-collega's.
- Van alle rokers haalt een kwart de pensioenleeftijd niet.

## Roken en milieu

- In tabaksrook zitten meer dan honderd schadelijke stoffen.
- Sigarettenpeuken behoren tot het meest gevonden zwerfafval en de filters van sigaretten bevatten plastics.
- De schadelijke stoffen in één sigarettenpeuk kunnen ongeveer 1000 liter water vervuilen.



## Kortom

Sigaretten zijn het dodelijkste consumentenproduct dat ooit op grote schaal is gebruikt. In de loop van de 20<sup>e</sup> eeuw zijn wereldwijd 100 miljoen mensen aan het roken van tabak overleden. Ter vergelijking: dat is meer dan aan de gevolgen van twee wereldoorlogen. En wat misschien wel het merkwaardigst is: het is een volstrekt legaal product dat rondom verkrijgbaar is. Tabak is op meer plaatsen te koop dan een gewoon volkorenbrood. Bovendien probeert de tabaksindustrie ook nu nog nieuwe rokers aan zich te binden door de ontwikkeling van nieuwe producten, gericht op jongeren. Het is uiteraard het beste helemaal niet te beginnen met roken, maar ook stoppen met roken levert op iedere leeftijd gezondheidswinst op. Zo hebben bijvoorbeeld rokers die voor hun 35<sup>e</sup> levensjaar stoppen, dezelfde levensverwachting als niet-rokers.





## Elkenien

Opvallend in gezondheid met betrekking tot roken: Het percentage rokers is in vrijwel alle Friese gemeenten afgenomen tussen 2016 en 2020 [7]. Ook blijkt het draagvlak voor een rookvrije omgeving hoog te zijn en maakt een meerderheid van de inwoners zich zorgen over de peuken op straat [bijlage 1].

### Wat blijven we doen?

- Inzetten op het verhogen van het aantal rookvrije omgevingen.
- Campagnes zoals Stoptober en Puur Rookvrij provinciaal en lokaal inzetten.
- Jaarlijks aandacht besteden aan Wereld Niet Roken Dag en het bijbehorende thema.
- Het uitreiken van de Rookvrije Generatie Award Fryslân.
- Kennis en ervaringen uitwisselen via het netwerk van de Friese preventieaanpak (FPA). De FPA verbindt lokale zorg-professionals en ondersteunt initiatieven waarbij wordt ingezet op weten wat werkt, delen wat werkt en doen wat werkt.
- Kennis en ervaringen uitwisselen via het netwerk van GGD GHOR Nederland en het landelijk partnership Stoppen met roken.

## Deelprojecten

### 1. Rookvrij beleid

Toelichting: Door de leefomgeving gezonder in te richten kan veel gezondheidswinst worden geboekt. Een gezonde inrichting van de leefomgeving beschermt tegen negatieve omgevingsinvloeden en bevordert de gezondheid. Een gezonde leefomgeving is een leefomgeving die bewoners als prettig ervaren, waar gezonde keuzes gemakkelijk en logisch zijn, en waar negatieve invloed op gezondheid zo klein mogelijk is. Het creëren van Rookvrije omgevingen past binnen de *Gezonde Leefomgeving*.

#### Wat gaan we doen?

- a. Advisering en ondersteuning aan gemeenten om rookvrij beleid lokaal vorm te geven m.b.t. gebouwen en terreinen, subsidies, evenementen o.a. door het delen van best practices. Gemeenten inspireren met mogelijkheden om Rookvrij op te nemen in divers beleid, delen van best practices, en adviseren over de juridische mogelijkheden voor het rookvrij maken van openbare ruimtes.
- b. Advisering en ondersteuning aan diverse partijen die aan de slag willen met rookvrije omgevingen.

Samenwerkingspartners: gemeenten, beleidsadviseurs, gezondheidsbevordering, kennisinstituten en alle partijen die aan de slag willen met het bevorderen van een rookvrije omgeving.

### 2. Rookvrije omgevingen

Toelichting: Met het instellen van een rookvrije omgeving laten organisaties, bedrijven en verenigingen zien wat hun standpunt is ten aanzien van roken en tabaksgebruik. Zij geven hierbij het goede voorbeeld voor kinderen door het de-normaliseren van tabaksgebruik en



zorgen dat kinderen niet aan schadelijke tabaksrook worden blootgesteld. Zij leveren hierbij een bijdrage aan een omgeving waarin kinderen volledig rookvrij kunnen opgroeien.

#### **Wat gaan we doen?**

Speel- en recreatieplekken, sportverenigingen, horeca, terrassen, bedrijven en andere openbare plekken handvatten en praktische tips bieden om de omgeving rookvrij te maken en te houden.

Samenwerkingspartners: NUSO, Team Fit, Koninklijke Horeca Nederland, Recron, gemeenten, Sport Fryslân, gezondheidsbevorderaars en beleidsadviseurs.



### **3. Roken en de gevolgen voor het milieu**

Toelichting: Ongeveer driekwart van de gerookte sigarettenpeuken wordt weggegooid op straat en belandt in het milieu. Door de giftige stoffen die achterblijven op de peuken en de plastics waar het filter van gemaakt is, vormen peuken een forse bedreiging voor de natuur en dieren.

#### **Wat gaan we doen?**

- a. Een voorlichtingscampagne organiseren over de gevolgen van roken voor het milieu.
- b. Verkleinen van de hoeveelheid peukenafval door het organiseren van opruimacties en beschikbaar stellen van afvalbakjes/zakjes voor peukenafval.

Samenwerkingspartners: WHO, Trimbos Instituut, Stichting Friese Milieufederatie, Peukenrapers in Fryslân.



## Lyts (tot 4 jaar)

### Opvallend in gezondheid met betrekking tot roken

- Prenataal: 5% van de moeders heeft tijdens de zwangerschap gerookt. Deze percentages zijn hoger bij moeders die laag opgeleid zijn (11%), bij eenoudergezinnen (11%) en bij ouders die aangeven moeite te hebben met rondkomen (12%).
- In totaal rookt 12% van de ouders, ook hier zijn de percentages significant hoger bij eenoudergezinnen (22%), laagopgeleide moeders (27%) en mensen die moeite hebben met rondkomen (31%). [8]

### Wat blijven we doen?

- Inzetten op rookvrije start, rookvrij opgroeien en rookvrije kindomgevingen.
- Doelgroep: ouders, verzorgers, pedagogische medewerkers en begeleiders.
- Omgevingen: thuisomgeving, kinderdagverblijven, peuterspeelzalen, sport, spel en recreatie.

### Deelprojecten

#### 1. Rookvrije start

Toelichting: Aanstaaende/jonge ouders zijn ontvankelijker voor gezondheidsboodschappen en zijn eerder bereid te stoppen met roken. Met Rookvrije Start worden (aanstaande) ouders die roken bewust gemaakt van het belang van stoppen met roken en hen wordt adequate stopondersteuning geboden.

#### Wat gaan we doen?

- a. Verbeteren samenwerkingsafspraken tussen professionals betrokken bij geboortezorg. Doorgaande lijn tussen verloskundige zorg, kraamzorg en jeugdgezondheidszorg met betrekking tot stoppen met roken en gestopt blijven (terugvalpreventie).
- b. De e-learning Rookvrije Start bevelen we aan voor alle professionals rondom geboortezorg.
- c. Extra inzet in samenwerking met Kansrijke Start op de doelgroepen die volgens de cijfers uit de Kindmonitor 2022 van GGD Fryslân significant meer roken; eenoudergezinnen, laagopgeleide moeders en mensen die moeite hebben met rondkomen.
- d. Rookvrije Start verder doorontwikkelen door meer verbinding met Kansrijke Start, introductiescholing Jeugdgezondheidszorg, prenataal huisbezoek, Zorgpad zwangere.
- e. Organiseren van regiobijeenkomsten met alle professionals in de geboortezorgketen in samenwerking met het programma Kansrijke Start. Onderzoeken draagvlak lokale taskforces Rookvrije Start.
- f. Implementeren Rookvrije Ouders bij professionals betrokken bij de geboortezorg en zorg voor jeugd.

Samenwerkingspartners: Kansrijke Start, JGZ, Geboortecosortium Noord Nederland en het project Samen Stoppen, Samen Sterk, VSV's en de Taskforce rookvrije start.

#### 2. Rookvrij opgroeien

Toelichting: JGZ-medewerkers hebben aandacht voor rookpreventie binnen hun contactmomenten en zijn deskundig om het onderwerp tabaksontmoediging te bespreken, een stopadvies te geven en toe te leiden naar adequate stoppen met roken ondersteuning.



### Wat gaan we doen?

- Implementatie richtlijn astma binnen de JGZ;
- Inwerkscholing en structurele bijscholing ontwikkelen m.b.t. het bespreken van roken.

Samenwerkingspartners: JGZ-medewerkers (jeugdartsen, jeugdverpleegkundigen, screeners, pedagogen, staf JGZ).

### 3. Rookvrije kindomgevingen

Toelichting: Kinderen worden in de omgeving waarin ze opgroeien zo min mogelijk geconfronteerd met roken en schadelijk afval van roken (de-normaliseren van roken en normaliseren van niet-roken) en lopen daardoor minder gezondheidsschade op door meeroken (tweede- en derdehands rook). Kinderen kunnen veilig spelen, sporten en recreëren zonder in aanraking te komen met schadelijke rookdeeltjes en zonder risico op brandwonden door gloeiende peuken en vergiftiging door peukenafval.

### Wat gaan we doen?

- Inzet op het voorkomen van derdehandsrook in de kinderopvang middels een webinar (incl. Voorlichtingsmateriaal) voor kinderopvang en peuterspeelzalen om meer bekend te creëren voor het fenomeen derdehandsrook en de schadelijke gevolgen daarvan op de gezondheid. Uit monitoring is gebleken dat 71 van de 75 houders kinderopvang (94%) aangeeft dat zij rookvrij zijn. In totaal zijn er 146 houders kinderopvang geregistreerd (respons 51%). Ons streven is dat 100% van de kinderdagverblijven volledig rookvrij is in 2026.
- Onderzoeken naar samenwerking op het gebied van rookvrije gebouwen en terreinen in de kinderopvang met de afdeling Toezicht Kinderopvang.
- Verdere inzet op het volledig rookvrij maken van sportverenigingen, kinderboerderijen, speeltuinen, zwembaden, campings, terrassen, pretparken, dierentuinen. In de eerste periode is er een inventarisatie gedaan, nu gericht de partijen benaderen die nog niet (volledig) rookvrij zijn en vragen om dit onderwerp te agenderen. Advisering en ondersteuning bieden bij het rookvrij maken en beschikbaar stellen van informatiemateriaal en rookvrij borden.

Samenwerkingpartners: houders kinderopvang, BOINK, Toezicht Kinderopvang, regionale sportbonden, Sport Fryslân, team Fit, kinderboerderijen actief, NUSO, speeltuinverenigingen, ondernemersverenigingen, Recron.



## Jong (4-18 jaar)

### Opvallend in gezondheid met betrekking tot roken

- In totaal rookt 12% van de ouders, ook hier zijn de percentages significant hoger bij eenoudergezinnen (22%), laagopgeleide moeders (27%) en mensen die moeite hebben met rondkomen (31%).
- Hoe ouder het kind, hoe minder vaak ouders met hun rookgedrag rekening houden met de kinderen en hoe vaker er binnenshuis gerookt wordt. [8].
- Van alle jongeren geeft 6% tenminste wekelijks te roken.
- Van de leerlingen van het VMBO geeft 8% aan tenminste wekelijks te roken, op havo/vwo is dit 3% van de leerlingen.
- Jongens roken iets vaker dan meisjes (6% en resp. 5%). [9].
- 14% van de Friese jongeren tussen 12 en 18 jaar geeft aan wel eens een sigaret gerookt te hebben en 22% heeft ooit een e-sigaret gebruikt.
- 4% geeft aan dagelijks te roken.
- 20% van de Friese jongeren tussen 12 en 18 jaar geeft aan dat er thuis gerookt wordt. [10]

### Wat blijven we doen?

- Invzetten op rookvrij opgroeien en rookvrije kindomgevingen
- Doelgroep: ouders, verzorgers, pedagogische medewerkers en begeleiders, leerkrachten, jongeren
- Omgevingen: thuisomgeving, scholen en BSO, sport, spel en recreatie.

### Deelprojecten

#### 1. Rookvrij opgroeien

Toelichting: JGZ-medewerkers hebben aandacht voor rookpreventie binnen hun contactmomenten en zijn deskundig om het onderwerp tabaksontmoediging te bespreken, een stopadvies te geven en toe te leiden naar adequate stoppen met roken ondersteuning.

#### Wat gaan we doen?

- a. Implementatie richtlijn Astma binnen de Jeugdgezondheidszorg.
- b. Inwerkscholing en structurele bijscholing ontwikkelen m.b.t. het bespreken van roken.

Samenwerkingspartners: JGZ-medewerkers (jeugdartsen, jeugdverpleegkundigen, pedagogen, staf JGZ).

#### 2. Rookvrije kindomgevingen

Toelichting: Ook op deze leeftijd is het belangrijk dat kinderen en jongeren zo min mogelijk geconfronteerd worden met roken. Volwassenen hebben hierin een voorbeeldfunctie. Ongeveer de helft van de rokers stak hun eerste sigaret op het schoolplein op. Jongeren raken makkelijker verslaafd aan nicotine en de tabaksindustrie speelt daar op allerlei manieren op in, nu ook met andere producten als nicotine pouches/snuss, (wegwerp)e-sigaretten.



## Wat gaan we doen?

- a. Meer rookvrije kindomgevingen realiseren en bewustwording creëren over de invloed van derdehandsrook: in de thuisomgeving (via Jeugdgezondheidszorg), scholen, BSO.  
Samenwerkingspartners: Scholen en BSO in samenwerking met de afdeling Jeugdgezondheidszorg.
- b. Inzetten op toename rookvrije sport, spel en recreatie: advisering en ondersteuning bieden aan gemeenten d.m.v. delen best practises. Vervolg Ondersteuningstraject Rookvrije Omgeving door GGD'en (2022-2025).  
Samenwerkingspartners: Gemeenten, Sport Fryslân, kinderboerderijen actief en de NUSO.
- c. Ondersteuning bieden aan scholen door een bijeenkomst te organiseren over afbakening rookvrije schoolpleinen en rookplekken jeugd en peukenoverlast in de buurt.  
Samenwerkingspartners: Trimbos Instituut, NVWA, scholen.
- d. Inzetten op tabaksontmoediging bij jongeren. Preventief door te voorkomen dat jongeren gaan starten met roken middels het lespakket Helder op school en het motiveren van scholen om mee te doen aan de Smokefree Challenge.  
Samenwerkingspartners: Scholen, VNN, Trimbos Instituut, JGZ
- e. Toeleiden naar en aanbieden van stoppen-met-rokenondersteuning voor rokende jongeren. Samenwerkingspartners: SMR-coaches GGD en andere SMR-aanbieders, VNN en Trimbos Instituut.
- f. Met de mbo's onderzoeken in hoeverre er behoefte is aan lesmateriaal voor de professionals in opleiding voor beroepen in zorg en welzijn en onderwijs over de Rookvrije Generatie. Samenwerkingspartners: MBO-scholen, VNN
- g. Aansluiten bij gemeenten met OKO-aanpak en Gezonde School in samenwerking met de gezondheidsbevorderaars en beleidsadviseurs. Inzet met name op rolmodellen.



## Grut (16 tot ongeveer 67 jaar)

### Opvallend in gezondheid met betrekking tot roken

- De dalende trend in het aantal rokers zet in alle leeftijdsgroepen binnen Grut door, maar blijkt nog niet voldoende om de doelstellingen van het landelijk preventieakkoord te halen.
- Het aantal Friezen dat rookt is gedaald, deze daling gaat met gelijke stappen (-2,7% tussen 2012-2016; 3,1% tussen 2016-2020). Bij 65-minners daalt het sneller dan bij 65-plussers. In Fryslân zijn nog altijd meer rokers dan in heel Nederland, het gaat dan om de 65-minners (20,7% Fryslân in 2020; 18,9% heel Nederland in 2020).
- In onderstaande tabel is de leeftijd van de rokers naar leeftijd ingedeeld. Opvallend is het aantal rokers in de categorie 18-34 jaar. (Bron Gezondheidsmonitor V&O 2020 GGD Fryslân, Epidemiologie).
- De zorg voor morgen begint vandaag: willen volwassenen vitaal ouder 'wiis' worden, dan kunnen ze op deze leeftijd nog stappen daartoe nemen door een gezonde leefstijl.

	Fryslân:	Landelijk:
Leeftijd in vijf categorieën	% rokers	% rokers
18-34 jaar	26,6%	22,2%
35-49 jaar	18,1%	17,4%
50-64 jaar	17,3%	16,5%
65-74 jaar	12,1%	11,9%
75 jaar en ouder	6,4%	6,6%
Totaal	17,6%	16,6%

### Wat blijven we doen

- Campagnes zoals Stoptober en Puur Rookvrij provinciaal en lokaal inzetten.
- Jaarlijks aandacht besteden aan Wereld Niet Roken Dag en het bijbehorende thema en het uitreiken van de Rookvrije Generatie Awards.
- Stoppen-met-rokenaanbod door eigen coaches als vangnetfunctie, zowel individuele als groepsondersteuning mogelijk.

### Deelprojecten

#### 1. Publiekscampagnes ter bevordering van de Rookvrije Generatie

Toelichting:

- De landelijke Stoptoberactie blijkt voor veel Nederlanders een effectieve methode om te stoppen met roken. Jaarlijks doen landelijk zo'n 50.000 mensen mee met de actie. Meer dan de helft van de deelnemers is drie maanden later nog steeds gestopt met roken.
- De landelijke campagne Puur Rookvrij gaat in op de voordelen van het rookvrij zijn.
- De Rookvrije Generatie Award Fryslân is bedoeld om iedereen die in Fryslân enthousiast bezig is met het organiseren en realiseren van Rookvrije omgevingen in het zonnetje te zetten. Door mooie initiatieven onder de aandacht te brengen, raken anderen geïnspireerd om ook een bijdrage te leveren aan de Rookvrije Generatie in Fryslân.

Lokaal promoten van landelijke campagnes en publiekscommunicatie, aansluiten bij de landelijke kalender m.b.t. deze acties.



Samenwerkingspartners: ministerie van VWS, WHO, Trimbos Instituut, GGD-GHOR Nederland, NOC NSF, gezondheidsbevorderaars.

## 2. Stimuleren Rookvrije werkomgevingen

Toelichting: Roken kost de Nederlandse samenleving 33 miljard per jaar.

- Rokers besteden op jaarbasis in totaal 3 volledige werkweken aan rookpauzes. De productiviteit van rokende werknemers is gemiddeld lager en rokers zijn vaker arbeidsongeschikt.
- Rokers hebben 33% meer kans op ziekteverzuim en verzuimen jaarlijks bijna 3 dagen meer dan hun niet rokende-collega's.
- Van alle rokers haalt een kwart de pensioenleeftijd niet.

### Wat gaan we doen?

- Stimuleren rookvrije werkomgeving als onderdeel van 'de vitale werkvloer' door het aanschrijven van bedrijven m.n. met medewerkers met lage SEP (bijvoorbeeld sociale werkplaatsen, schoonmaakbedrijven, groenvoorziening en bouw).
- Het organiseren van een kennis- en inspiratiesessie om een rookvrije werkomgeving te creëren.

Samenwerkingspartners: Bedrijven, werkgeversorganisatie (VNO-NCW), bedrijfsartsen (NVAB), de programma's Nuchter over Gewicht en Nuchtere Fries.

## 3. Stimuleren laagdrempelige en passende stoppen-met-rokenzorg

Toelichting: Mensen met een lage sociaaleconomische positie hebben relatief grote gezondheidsachterstanden. Dat maakt dat er nog een groot gezondheidspotentieel is dat aangesproken en gerealiseerd zou kunnen worden. Bij gezondheid bedoelen we niet alleen de afwezigheid van ziekten maar ook het leven in goed ervaren gezondheid en het vermogen van mensen zich aan te passen en hun eigen regie te voeren. Roken is de grootste veroorzaker van sociaaleconomische gezondheidsverschillen.

### Wat gaan we doen?

- a. Bewustwording creëren voor de link tussen roken en armoede.
- b. Stimuleren van bespreken van rookgedrag en toeleiden naar stoppen-met-rokenzorg door zorgprofessionals door het aanbieden van een cursus 'Very Brief Advice'.  
Samenwerkingspartners: Rijksuniversiteit Groningen, Trimbos Instituut.
- c. Zorgen voor een dekkend netwerk m.b.t. SMR-aanbod in de provincie waarbij een passend en laagdrempelig aanbod is voor ieder type 'stopper'.  
Samenwerkingspartners: SMR-aanbieders in de provincie, zorgverzekeraars, RUG/UMCG, ROS, huisartsen.
- d. Participeren in de leerkring 'Wijkaanpak stoppen met roken' in Lemmer en Drachten. Deze aanpak heeft als doel om het aantal rokers in kwetsbare wijken te verminderen waarbij ook sociale en gezondheidsproblemen worden aangepakt. Draagvlak creëren bij andere gemeenten voor deze aanpak gericht op lage SEP en delen van best practices uit de twee lopende pilots.  
Samenwerkingspartners: Pharos, gemeenten, sociaal domein, VNN, gezondheidsbevorderaars GGD Fryslân, Jeugdgezondheidszorg, IVO.





#### 4. Stimuleren rookvrije zorg

Toelichting: In het Nationaal Preventieakkoord is afgesproken dat in 2030 de gehele zorg rookvrij is. Tegenwoordig beseffen steeds meer zorginstellingen dat het hun zorgplicht is om patiënten en cliënten niet aan schadelijke rook bloot te stellen en ze te helpen te stoppen met roken. Patiënten die niet roken herstellen sneller en ook behandelingen tegen bijvoorbeeld verslavingen zijn effectiever wanneer gestopt wordt met roken.

##### Wat gaan we doen?

Draagvlak creëren en agendasetting om de toolkit rookvrije Zorg, die zorgprofessionals en zorgorganisaties handvaten biedt om een rookvrije werk- en behandelcultuur te realiseren onder de aandacht te brengen bij zorgorganisaties.

Samenwerkingspartners: Zorginstellingen, zorgprofessionals, Trimbos Instituut, bedrijfsartsen.



## Wiis (over de derde levensfase)

### Opvallend in gezondheid met betrekking tot roken

10% van 65+'ers rookt en 56% geeft aan ex-roker te zijn. Het aantal rokers op deze leeftijd is ook lager doordat een kwart van de zware rokers de 65 jaar niet haalt.

Toelichting: Op iedere leeftijd is stoppen met roken een goede keus. Door te stoppen met roken op oudere leeftijd kan verergering van een aantal aandoeningen voorkomen worden, is er sprake van beter herstel na operaties en blijven ouderen langer vitaal. Roken is naast erfelijke factoren een risicofactor bij het ontstaan van dementie. Ook ouderen hebben een voorbeeldfunctie voor de jeugd.

### Wat blijven we doen?

- Campagnes zoals Stoptober en Puur Rookvrij provinciaal en lokaal inzetten.
- Jaarlijks aandacht besteden aan Wereld Niet Roken Dag en het bijbehorende thema.
- Het uitreiken van de Rookvrije Generatie Award Fryslân.
- Stoppen-met-rokenaanbod door eigen coaches als vangnetfunctie, zowel individuele als groepsondersteuning mogelijk.



### Wat gaan we doen?

#### Stimuleren 'Fitaal Wiis'

- a. Onderzoeken wat de mogelijkheden zijn om meer bewustwording te creëren voor vitaal oud worden.  
Samenwerkingspartners: expertteam ouderen GGD Fryslân, coalitiepartners van de Friese Preventieaanpak, ANBO.
- b. Aandacht geven aan de voorbeeldfunctie die ouderen voor de jeugd (kleinkinderen e.d.) hebben en kennis delen over de invloed van derdehands rook.  
Samenwerkingspartners: expertteam ouderen GGD Fryslân, coalitiepartners FPA



## Referenties

1. Ministerie van VWS: [www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/gezondheid-en-preventie/documenten/rapporten/2021/06/30/voortgangsrapportage-nationaal-preventieakkoord-2020](http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/gezondheid-en-preventie/documenten/rapporten/2021/06/30/voortgangsrapportage-nationaal-preventieakkoord-2020)
2. [www.friesepreventieaanpak.nl/over-de-friese-preventieaanpak/](http://www.friesepreventieaanpak.nl/over-de-friese-preventieaanpak/)
3. Kulhánová, I., Hoffmann, R., Eikemo, T.A., Menvielle, G., Mackenbach, J.P. Sociaal-economische verschillen in sterfte naar doodsoorzaak. Eerste Nederlandse gegevens. NTVG, 29-10-2014. Ned Tijdschr Geneeskd. 2014;158:A8188
4. [Programma Gezonde Generatie](#)
5. [www.trimbos.nl/docs/af1738-de-rookvrije-generatie-en-gemeentelijk-tabaksbeleid.pdf](http://www.trimbos.nl/docs/af1738-de-rookvrije-generatie-en-gemeentelijk-tabaksbeleid.pdf)
6. World Health Organization 2022. Tobacco poisoning our planet. ISBN 978-92-4-005128-7
7. GGD Fryslân Gezondheidsmonitor 2020
8. GGD Fryslân Kindmonitor 2022
9. GGD Fryslân Coronamonitor Jeugd 2021
10. GGD Fryslân Jeugdmonitor 2019





## Contactgegevens

Heeft u een vraag of wilt u meer weten? Neem dan contact met ons op:

- Algemeen:  
Rookvrije Generatie Fryslân  
[rookvrijegeneratie@ggdfryslan.nl](mailto:rookvrijegeneratie@ggdfryslan.nl)
- Programmaleiders Rookvrije Generatie Fryslân:  

Jantsje Heeringa <a href="mailto:j.heeringa@ggdfryslan.nl">j.heeringa@ggdfryslan.nl</a> 088 22 99 576	Akke Hofstee <a href="mailto:a.hofstee@ggdfryslan.nl">a.hofstee@ggdfryslan.nl</a> 088 22 99 358
---	---
- Of neem contact op met uw lokale contactpersoon ([gezondheidsbevorderaar](#) of [adviseur gezondheidsbeleid](#)) van GGD Fryslân.



## Bijlage 1



### Uitslag Gezondheidspanel over Rookvrij

April 2022

Zien roken doet roken. Daarom komt er steeds meer aandacht voor de rookvrije omgeving. Dit heeft gezondheidsvoordelen voor zowel rokers als niet-rokers. GGD Fryslân deed een peiling onder haar online Gezondheidspanel (N = 2483). De deelnemers beantwoordden vragen over zowel stoppen met roken als de rookvrije omgeving. De resultaten zijn indicatief.

#### Over stoppen met roken:



[www.ggdfryslan.nl/panel](http://www.ggdfryslan.nl/panel)  
[panel@ggdfryslan.nl](mailto:panel@ggdfryslan.nl)



## Over de rookvrije omgeving:

### Rook storend voor niet-rokers?

54% van de niet-rokers heeft weleens een beetje last van rokers in hun omgeving.

68% van de niet-rokers gaat ergens anders zitten of staan als zij zich storen aan de rook.

### Roken rondom het huis?

Bij 85% van de rokers wordt rondom hun huis gerookt zoals in de tuin, op het balkon of de stoep.

48% van alle panelleden heeft rookvrije zones in hun buurt. Dit herkennen zij het vaakst aan een bordje.

### Wat is het draagvlak voor rookvrije ..



In 2022 is het draagvlak voor rookvrije sportterreinen 79%. In 2019 was dit 78%

In 2022 is het draagvlak voor rookvrije pretparken en dierentuinen 71%. In 2019 was dit nog 61%.

In 2022 is het draagvlak voor rookvrije stations en bushaltes 66%. In 2019 was dit nog 48%.

### Peuken schadelijk voor het milieu?

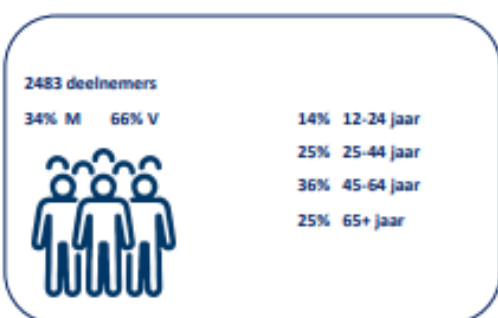
Onder de niet-rokers maakt 70% zich zorgen over peuken op straat. Onder de rokers is dit 56%.

Onder de niet-rokers beveelt 88% een voorlichtingscampagne over zwerfpeuken aan. Onder de rokers is dit 70%.

Meest genoemde aanbevelingen voor een peukvrije buurt:

1. Voorlichtingscampagne over zwerfpeuken
2. Opruimacties tegen zwerfpeuken
3. Peukenbakje aan afvalbak
4. Gratis zakasbakjes bij verkooppunten
5. Peukentegel in de stoep
6. Bewonersbijeenkomst

### Wie deden mee?



Het Gezondheidspanel van GGD Fryslân bestaat uit Friese inwoners. Zij ontvangen een paar keer per jaar een vragenlijst. De peilingen zijn niet demografisch representatief maar geven wel een indicatie.