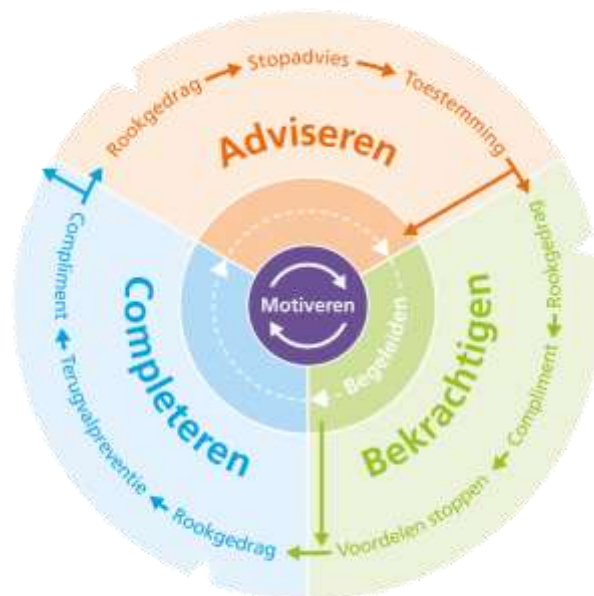


Brochure



"Kleinschalig, duidelijk, informatief"

"Mooi compleet. Kan zo beginnen"

"Goede cursus, heldere uitleg. Fijne sfeer, nieuwe dingen geleerd"

"Zeer uitgebreid en interactief"

"Goede cursusdag gehad. Veel van opgestoken"

www.academierookvrijookjij.nl

Welkom bij de Academie Rookvrij! Wij werken toe naar een Rookvrij Nederland, waarbij wij zoveel mogelijk zorgprofessionals in staat willen stellen om rokers te adviseren, motiveren en/of begeleiden naar een Rookvrije toekomst.

De Academie Rookvrij heeft hiervoor een breed aanbod van bij- en nascholingen over stoppen met roken. Onze scholingen zorgen ervoor dat de deelnemers direct na afloop de opgedane kennis en vaardigheden kunnen inzetten in hun eigen werkveld.

Het succes hiervan start met de juiste aanpak en kennis. Daarom hebben wij met onze opgebouwde (internationale) kennis en vaardigheden speciaal voor zorgverleners onze bij- en nascholingen ontwikkeld. Op basis van de laatste richtlijnen/onderzoeken en uitgebreide praktijkervaring hebben wij een scholingsaanbod samengesteld voor zorgprofessionals met weinig tot geen ervaring én voor ervaren professionals binnen de stoppen met roken zorg.

Deze brochure geeft inzicht in het huidige scholingsaanbod van de academie. Lees de inhoud rustig door en bekijk welke scholing het beste bij uw (leer)wensen van vandaag en morgen past.

Meer informatie? Neem contact met ons op via info@rookvrijookjij.nl of 076-889 51 95.

Docenten

Alle docenten zijn **zelf werkzaam in de praktijk** als stoppen met roken zorgprofessional en zijn **binnen de Academie opgeleid** om de bij- en nascholingen te geven.

Voor wie?

Praktijkondersteuners, (long-)verpleegkundigen, huisartsen en **gezondheidsbevorderaars** die óf mensen begeleiden bij het stoppen met roken óf rokers krachtig en kort willen motiveren en adviseren om te kiezen voor een rookvrij leven.

Accreditatie

Al onze bij- en nascholingen in deze brochure zijn geaccrediteerd in het **Kwaliteitsregister Stoppen met Roken**, de **NVvPO** en de **V&VN** met **3 punten**.

Duur

Al onze bij- en nascholingen duren **4 uur**.
Kiest u voor een combinatie van 2 scholingen op 1 dag, dan duurt het 8 uur.

Aantal deelnemers

Aan onze scholingen kunnen **maximaal 16 deelnemers** meedoen.

Hieronder een beknopt overzicht van alle scholingen met bijbehorende kosten voor als u deze scholing als organisatie wenst in te kopen. Ook is hier te zien welke scholingen met elkaar te combineren zijn. Mocht u individueel willen aansluiten bij onze openbare geplande scholingen, staan de tarieven op onze website.

Adviseren en motiveren

Kort en krachtig roken bespreekbaar maken
Leer een roker te motiveren om te stoppen
Wat is een goed stopadvies?
Hoe kan je verwijzen naar stopondersteuning?

€ 1.735,50 ex btw

Volledige Basis

€ 3.471,00 ex btw

Begeleiding Basis

Rokers kunnen begeleiden naar een rookvrij leven

Inclusief kant-en-klaar stappenplan per gesprek

Weet hoe de mate van verslaving vastgelegd kan worden

Kennis van de Nederlandse stoppen met roken zorg(standaarden)

€ 1.735,50 ex btw

Farmacotherapie Basis

Weet welke bewezen effectieve hulpmiddelen er zijn

Welk hulpmiddel is voor welke roker geschikt?

De werking, gebruik, contra-indicaties, bijwerkingen en kosten van ieder hulpmiddel

Inzet juist hulpmiddel vergroot de kans op succesvol stoppen

€ 1.735,50 ex btw

Volledige Verdieping

€ 3.471,00 ex btw

Begeleiding Verdieping

Vergroten van de vaardigheden in het omgaan met diverse rokers

Weet en ervaar hoe de begeleiding van rokers geoptimaliseerd kan worden

Verdieping in het stopplan, het stopproces, het volhouden en terugvalpreventie

Tips om de kans op een succesvol resultaat te vergroten

€ 1.735,50 ex btw

Farmacotherapie Verdieping

De nieuwste ontwikkelingen op het gebied van rookpreventie, rookgedrag en de inzet van hulpmiddelen.

Oprisser standaard hulpmiddelen

Kennis over aanvullende mogelijkheden zoals combinaties van hulpmiddelen, Cytisine en de e-sigaret

Oefenen met eigen casuïstiek

€ 1.735,50 ex btw

'Ik ben al heel vaak gestopt en het lukt steeds niet. Waarom zou het nu wel lukken?'

Deze scholing leert iedere zorgverlener hoe je op passende wijze bij iedere roker het rookgedrag bespreekbaar maakt. De inhoud is vooral gericht op het eerste gedeelte van het stopproces: adviseren en motiveren tot stoppen.

Onderwerpen:

- Rookgedrag bespreken: wat zeggen de richtlijnen? En hoe gaat het in de praktijk?
- Verwijzen naar een stoppen met roken coach: hoe en waarom?
- Motiveren tot stoppen én volhouden

Dit is géén basiscursus Motiverende Gesprekvoering. Deze scholing bevat wel een aantal gesprekstechnieken, die daar onderdeel van zijn.

Voor wie

Alle zorgverleners dienen conform de richtlijn tabaksverslaving (2016) en de Zorgstandaard Tabaksverslaving (2019) regelmatig het rookgedrag met rokers te bespreken en een stopadvies te geven. Deze basisscholing is geschikt voor alle zorgprofessionals, die kort en krachtig een roker willen motiveren en adviseren om te kiezen voor een rookvrij leven. Van huisarts, praktijkondersteuner en verpleegkundige tot fysiotherapeut, verloskundige, gynaecoloog en andere zorgverleners.

Leerdoelen

De deelnemer

- Weet welke richtlijnen en afspraken er zijn over de stoppen met roken zorg in Nederland en kan deze vinden;
- Beseft dat iedere zorgverlener, waaronder de deelnemer zelf, een taak heeft binnen de stoppen met roken zorg;
- Heeft praktische handvatten en tips hoe het gesprek aan te gaan met de roker en een goed stopadvies te geven;
Kent de mogelijkheden om te verwijzen naar een stoppen met roken coach;
- Beseft dat intensievere begeleiding de kans op succes flink hoger maakt;
- Is zich bewust van de eigen rol binnen het stoppen met roken proces tijdens en na het verwijzen;
- Weet welke richtlijnen en afspraken er zijn over deze stap binnen de stoppen met roken zorg in Nederland en kan deze vinden;
- Beseft dat motiveren een doorlopend proces is waarbij uitlokken van verandertaal werkt;
- Krijgt praktische handvatten en tips hoe verandertaal te herkennen en uit te lokken.

Combinatietips

Deze scholing kan gecombineerd worden met:

- Begeleiding Basis: met deze combinatie kan de deelnemer aanvullend op het motiveren en adviseren ook zelf de begeleiding geven aan de roker.
- Begeleiding Verdieping: indien de deelnemer al ervaring heeft met het geven van begeleiding, is dit een mooie verdieping hierop.

'Het ging heel goed, ik rookte al 3 dagen niet. Maar ja, toen kreeg ik ruzie met mijn man. Het eerste wat ik deed was een sigaretje opsteken....'

In deze scholing leren de deelnemers hoe men patiënten begeleidt naar een rookvrije toekomst. Ze krijgen in deze scholing een kant-en-klaar stappenplan. Deze structuur geeft aan wat er per gesprek besproken wordt om rokers op een verantwoorde manier te begeleiden naar een rookvrij leven. Door middel van praktijkvoorbeelden leert men te reageren op bijvoorbeeld bovenstaande vraag. Na afloop van de training bent u in staat de patiënten face-to-face en/of telefonisch te begeleiden.

Voor wie

Deze scholing is geschikt voor zorgprofessionals die specifiek hun kennis en kunde van individuele begeleiding willen opfrissen of aanleren.

Kwaliteitsregister Stoppen met Roken

Alle zorgverleners die in het landelijk kwaliteitsregister stoppen met roken willen komen dienen rookstopbegeleiding te geven conform o.a. de richtlijn tabaksverslaving (2016) en de Zorgstandaard Tabaksverslaving (2019).

Zorgverleners die niet (meer) in dit kwaliteitsregister zitten, kunnen met een combinatie van deze scholing en de scholing "Farmacotherapie Basis", zich (opnieuw) laten registreren. Voorwaarde hierbij is wel dat men een bewijs van een opleiding/cursus voor Motiverende Gespreksvoering kan overleggen bij dit Kwaliteitsregister.

Leerdoelen

De deelnemer:

- Is op de hoogte van de inhoud van de richtlijnen en afspraken van stoppen met roken zorg in Nederland en kan deze terugvinden
- Beseft dat iedere zorgverlener van een stopper een taak heeft binnen de integrale stoppen met roken zorg
- Is op de hoogte van het feit dat en hoe de stoppen met roken zorg (deels) wordt vergoed
Weet dat roken een verslaving is en niet alleen een ongezonde gewoonte of leefstijl
- Beseft en weet wat voor toevoegingen de sigaret bevat die zorgen dat je snel verslaafd raakt aan nicotine en dat dit het stoppen extra moeilijk maakt
- Beseft het belang van het (h)erkennen van ontwenningssymptomen en andere gevolgen van het stoppen
- Heeft een heldere structuur van gesprekken als houvast voor individuele stoppen met roken begeleiding
- Kan de mate van verslaving bij een roker vaststellen
- Kan begeleiding aanbieden en registreren (dataverzameling)

Combinatietips

Deze scholing kan goed gecombineerd worden met:

- Farmacotherapie Basis: met deze combinatie kan de deelnemer ook het juiste hulpmiddel voorschrijven. Ook is deze combinatie geschikt om ingeschreven te worden in het Kwaliteitsregister.
- Adviseren en Motiveren: Het adviseren en motiveren gaat meestal vooraf aan een stoppoging. Met deze scholing leert men hoe bij iedere roker het rookgedrag bespreekbaar wordt gemaakt.

‘Ik kan helaas mijn nicotinepleister niet meer gebruiken. Ik haalde namelijk de pleister van mijn arm en zag een rode plek. Wat moet ik nu doen, toch maar aan die Champix?’

In deze scholing leren zorgverleners hoe patiënten met behulp van farmacotherapie ondersteund kunnen worden naar een rookvrije toekomst. Na afloop is men goed op de hoogte van de verschillende nicotinevervangers, stoppen met roken medicatie en de bijbehorende toepassingsmogelijkheden. De zorgverlener weet welk hulpmiddel voor welke roker geschikt is. En na het volgen van de scholing weet de deelnemer bijvoorbeeld dat de patiënt met bovenstaande quote die denkt dat hij allergisch is voor pleisters misschien toch wél door kan gaan met het gebruik ervan.

Voor wie

Deze scholing is ontwikkeld voor zorgprofessionals die geen of weinig ervaring hebben met het inzetten van stoppen met roken hulpmiddelen en/of gaan starten met begeleiding of al langere tijd geen begeleiding meer hebben gegeven.

Kwaliteitsregister Stoppen met Roken

Alle zorgverleners die in het landelijke kwaliteitsregister stoppen met roken willen komen dienen rookstopbegeleiding te geven conform o.a. de richtlijn tabaksverslaving (2016) en de Zorgstandaard Tabaksverslaving (2019). Het gebruik van bewezen effectieve hulpmiddelen is hierbij een belangrijk onderdeel.

Zorgverleners die niet (meer) in dit kwaliteitsregister zitten, kunnen met een combinatie van deze scholing en de scholing “Begeleiding Basis”, zich (opnieuw) laten registreren. Voorwaarde hierbij is wel dat men een bewijs van een opleiding/cursus voor Motiverende Gespreksvoering kan overleggen bij het Kwaliteitsregister voor stoppen met roken.

Leerdoelen

De deelnemer:

- Kent alle soorten hulpmiddelen en hoe succesvol ze zijn
- Weet de werking, bijwerkingen, gebruik, contra-indicaties en kosten van ieder hulpmiddel
- Kan adviseren welk hulpmiddel voor welke roker geschikt is
- Kan rokers tijdens het stoptraject bij het gebruik van de hulpmiddelen goed begeleiden
- Weet waar up-to-date informatie te vinden is over contra-indicaties, bijwerkingen, succes en kosten
- Beseft het belang van de inzet van hulpmiddelen om de kans op succesvol stoppen te vergroten
- Kent alle vormen van rookwaren, zoals bijvoorbeeld de waterpijp, en weet waarom ze allemaal schadelijke gevolgen hebben voor de gezondheid
- Weet waarom meeroken ongezond is en wat de gevolgen ervan zijn
- Heeft kennis van de e-sigaret, inclusief de bezwaren en overwegingen om deze in te zetten als stophulpmiddel

Combinatietips

Deze scholing kan goed gecombineerd worden met:

- Begeleiding Basis: met deze combinatie krijgt de deelnemer ook handvatten om individuele begeleiding te geven. Ook is deze combinatie geschikt om ingeschreven te worden in het Kwaliteitsregister.
- Adviseren en Motiveren: Het adviseren en motiveren gaat meestal vooraf aan een stoppoging. Met deze scholing leert men hoe bij iedere roker het rookgedrag bespreekbaar wordt gemaakt.

“Ik moet stoppen met roken, maar mijn man rookt gewoon door!!”

Deze scholing geeft inzichten in hoe de zorgverlener de begeleiding van rokers kan optimaliseren. Het geeft verdieping in het stopplan, het stopproces, het volhouden en terugvalpreventie. Ook ontvangt men tips voor de gesprekken met de roker, die de kans op succesvol stoppen vergroten. Maar de scholing geeft vooral veel ruimte om samen te oefenen en de vaardigheden in het omgaan met diverse rokers te vergroten. Zo oefent men de gesprekken met rokers o.a. op basis van motiverende gespreksvoering.

Voor wie

Deze scholing is geschikt voor iedereen die de scholing Begeleiding Basis bij ons of elders heeft gevolgd (daarin leer je o.a. de opbouw van en de onderwerpen in de diverse gesprekken) en ervaring heeft in Motiverende Gespreksvoering. Indicatie voor ervaring is dat men aan minimaal 50 rokers begeleiding heeft gegeven.

Leerdoelen

De deelnemer

- Heeft de kennis over wat richtlijnen zeggen over gedragsmatige interventies opgefrist
- Beseft het belang van wat hij/zij zelf als eerste zegt tegen een roker over roken en wat dat moet zijn om beweging richting stoppen te brengen.
- Kan beter afstemmen met de roker, wat de kans op succes vergroot
- Heeft nieuwe vaardigheden aangeleerd om te gebruiken in het gesprek met de roker/ stopper

Combinatietips

Deze scholing kan goed gecombineerd worden met:

- Farmacotherapie Verdieping: met deze combinatie heeft de deelnemer zowel zijn kennis over begeleiding als de hulpmiddelen opgefrist.
- Adviseren en Motiveren: Het adviseren en motiveren gaat meestal vooraf aan een stoppoging. Met deze scholing leert men hoe bij iedere roker het rookgedrag bespreekbaar wordt gemaakt.

“Nee hoor, die nicotine-kauwgom, die hoef ik niet. Die is vies en die helpt niet.....”

Deze scholing gaat in op de nieuwste ontwikkelingen op het gebied van rookpreventie, rookgedrag en de inzet van hulpmiddelen. Er is een update over de standaard stopmedicatie en er wordt uitgebreid stilgestaan bij aanvullende mogelijkheden zoals Cytisine en of je de e-sigaret inzet als stophulpmiddel. Ook ga je aan de slag met praktijkvoorbeelden, zodat je weet hoe je met bovenstaande mening over nicotine-kauwgom om kan gaan.

Voor wie

Deze scholing is geschikt voor iedereen die de scholing Farmacotherapie Basis bij ons of elders heeft gevolgd en ervaring heeft opgedaan in de praktijk. Indicatie voor ervaring is dat men minimaal 50 rokers begeleiding heeft gegeven.

Leerdoelen

De deelnemer

- Heeft kennis over de inzet van “gangbare” hulpmiddelen opgefrist en aangescherpt
- Heeft voldoende kennis over aanvullende mogelijkheden zoals combinaties van hulpmiddelen, Cytisine en de e-sigaret
- Kan rokers een goed en passend advies geven over hulpmiddelen
- Heeft extra ervaring opgedaan met praktijkvoorbeelden over het adviseren van het juiste hulpmiddel
- Is op de hoogte van de nieuwste ontwikkelingen op het gebied van rookpreventie
- Is op de hoogte van het huidige rookgedrag van de Nederlanders
- Kent het huidige systeem van vergoedingen

Combinatietips

Deze scholing kan goed gecombineerd worden met:

- Begeleiding Verdieping: met deze combinatie heeft de deelnemer zowel zijn kennis over begeleiding als de hulpmiddelen opgefrist.
- Adviseren en Motiveren: Het adviseren en motiveren gaat meestal vooraf aan een stoppoging. Met deze scholing leert men hoe bij iedere roker het rookgedrag bespreekbaar wordt gemaakt.