

Ikstopnu.nl & de Stoplijn

Wieke Ter Weijde



Netherlands Institute of
Mental Health and Addiction





**Stop nu – blijf
leven voor je
naaste familie
en vrienden**

**Stop nu! Kijk op www.ikstopnu.nl
Of bel de stoplijn 0800-1995 (gratis)**



[NL] 0800 0248001
www.bathemelux.com



Roken is doodlijk

Agenda

- a. Toelichting ontwikkeling
- b. Presentatie www.ikstopnu.nl
- c. FB-pagina
- d. De Stoplijn
- e. Afronding

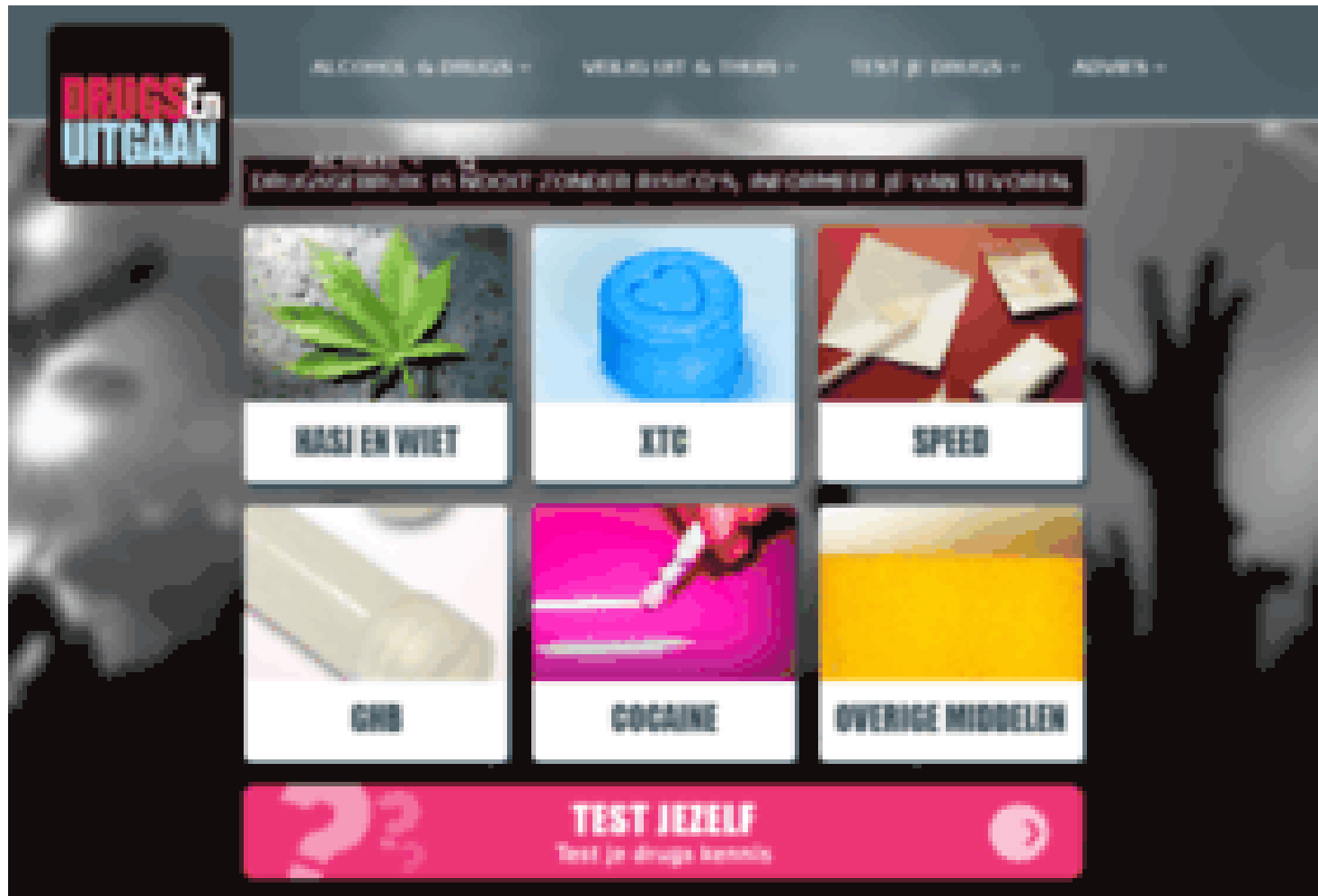
Eisen (overleg VWS)

- Technisch: 'responsive', geschikt voor alle browsers en grote bezoekersaantallen, https, SEO
- Test & bespaartool
- Rokerspanel betrekken bij ontwikkeling
- Duidelijk, begrijpelijk
- Getest op usability door een onafhankelijk bureau (UT)
- Drempelvrij

Kernwaarden

- Motiverend
- Respectvol
- Empathisch
- Empowerment
- Duidelijk / begrijpelijk
- Positief
- Betrouwbaar

Voorbeeld ontwerp



Aanpak



Professionals

Stoppen heeft altijd zin

Effecten van stoppen (filmpje huisarts)

Voordelen

Specifieke groepen (zwangeren, COPD, CVRM, preoperatief)

Beste manier

Methodes

Effectiviteit (sterrensysteem)

Routeplanner of deeltest

Sociale kaart

Belang voorbereiding

Gestopt blijven

Tips

Effect op je humeur

Gewicht

Risico's van roken

Uitleg afbeeldingen pakjes

Rokers

Waarom stoppen? Effecten van stoppen Voordelen van stoppen	Beste manier Overzicht van stophulp Testjes, tips
Gestopt blijven Tips	Contact Rechtstreeks naar telefoonlijn Email, chat

Rokers: niet

- Meer afbeeldingen
- Risico's
- Negatieve teksten of afbeeldingen
- Zorgprofessional: daar schrik je van
- Belerend

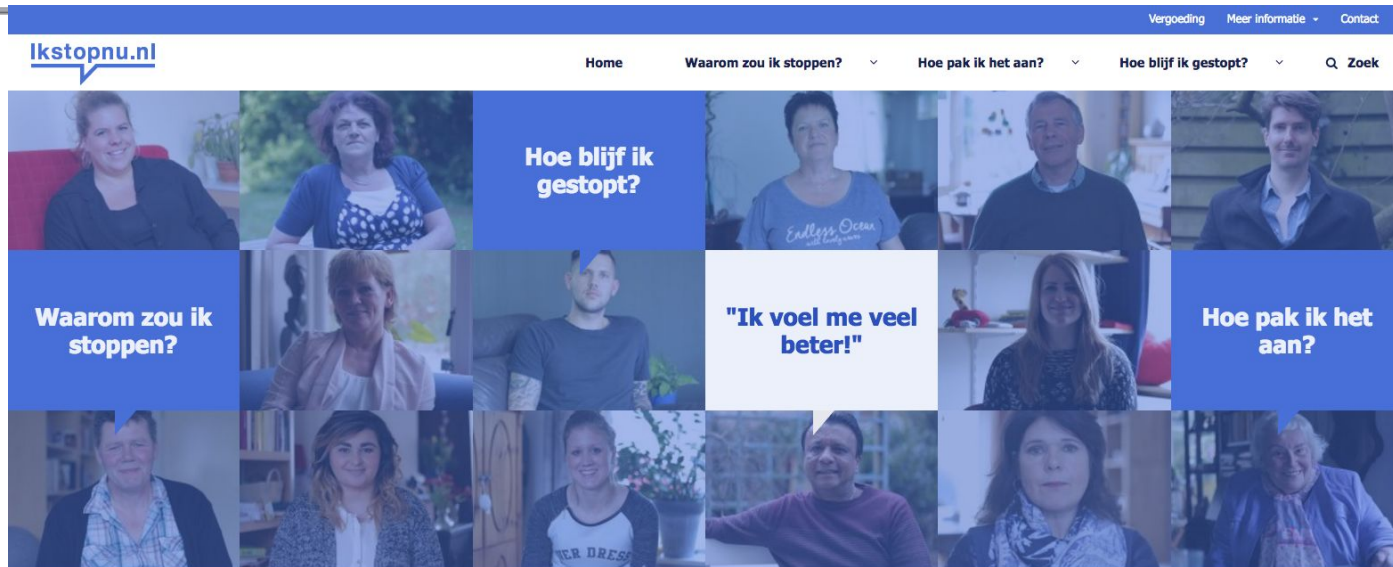
Rokers: wel

- Positief
- Ervaringsverhalen
- Kunnen personaliseren
- Wat zijn jouw rookmomenten
- Test, welke hulp past bij mij
- Advies uit test moet bruikbaar zijn
- Filmpjes voor en na smr: haar, huid, tanden

Keuzes projectteam

- Persoonlijke ervaring staat centraal
- HoofdvrAGEN:
 - Waarom zou ik stoppen?
 - Hoe pak ik het aan?
 - Hoe blijf ik gestopt?
- Boodschappen
 - Iedereen stopt op zijn eigen manier
 - Met stopondersteuning meer succes

Sinds 20 mei jl.



Iedereen stopt met roken op zijn eigen manier.

Bekijk onze ervaringen



Waarom zou ik stoppen?

Bekijk de 10 voordelen & bereken wat je kan besparen.

[Lees meer](#)



Hoe pak ik het aan?

Nicotïnepleisters, een persoonlijke coach, of zomaar ineens stoppen?!

[Lees meer](#)



Hoe blijf ik gestopt?

Lees de 5 valkullen en de beste tips om vol te houden.

[Lees meer](#)

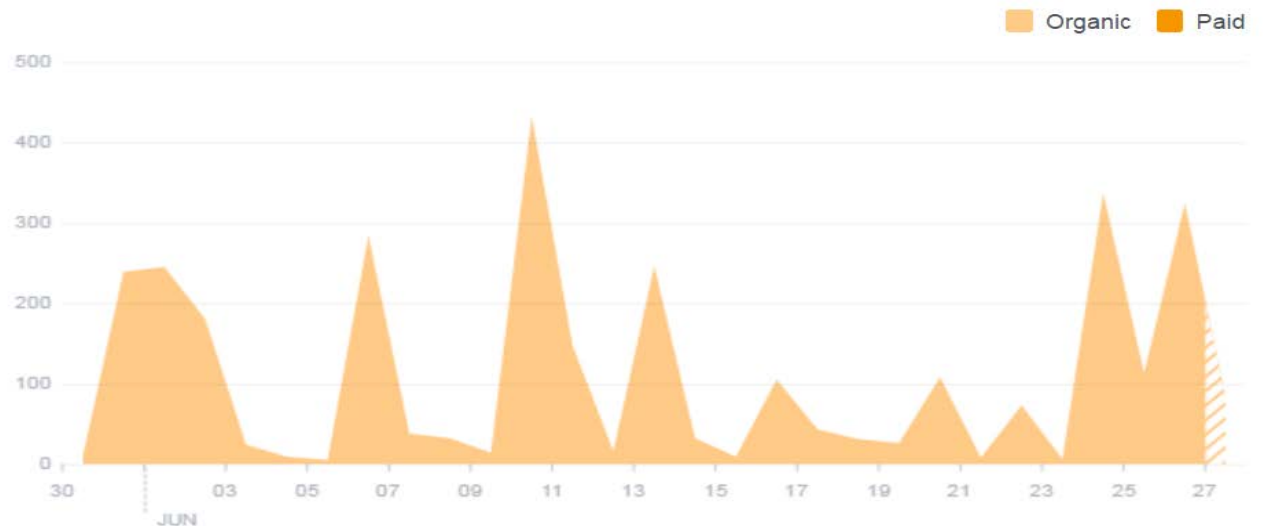
Deze website maakt gebruik van cookies. Wilt u meer informatie over cookies en welke worden opgeslagen?

[Niet meer tonen](#)

[Lees de cookieverklaring](#)

Facebook

- 65 likes, 1750 individuen bereikt
- Dagelijkse posts
- Reacties voornamelijk van e-sigaret fans



Stoplijn

- Gratis nummer 0800-1995
- Bereikbaar tijdens kantooruren
- Voice Response System buiten kantoor tijden
- Alle vragen over stoppen met roken
- Door medewerkers van de Infolijnen (roken, alcohol, drugs, gamen)

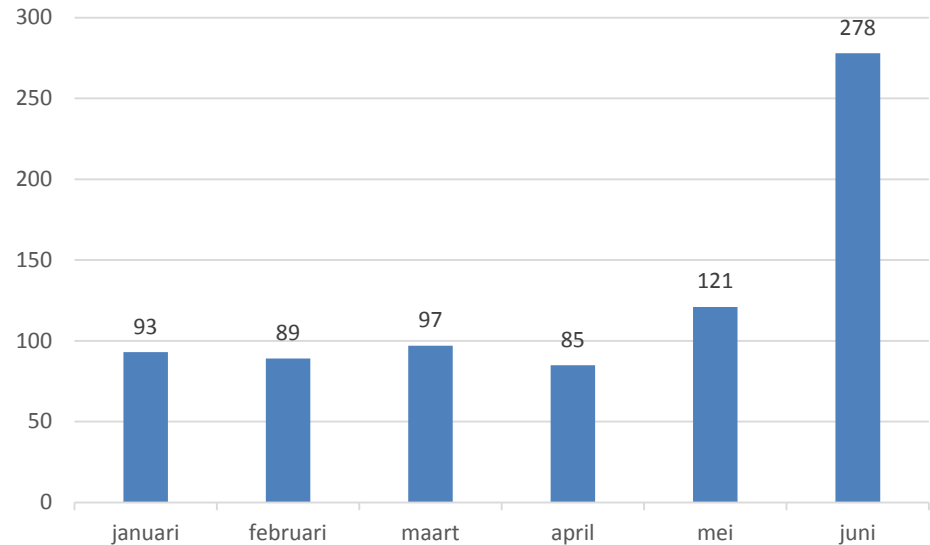


Taken

- Informeren
- Een luisterend oor bieden
- Doorverwijzen naar ondersteuning
(Gegevens verzekering + voorkeur beller
+ kaart 'Hulp in de buurt')

Tot nu toe

- 2015: gemiddeld 105 per maand
- 2016:



- 225 bellers voor de Stoplijn, 15 p/dag
- Terwijl lang nog niet alle pakjes op de markt zijn! Maar...

Contact & links

- Trimbos.nl/webwinkel voor download van poster (zie plaatje)
- Ikstopnu.nl, 0800-1995, ikstopnu@trimbos.nl
- Rokeninfo.nl/professionals voor alle uitgebreide informatie over het thema roken (o.a. cijfers, fysieke effecten etc.)

