



Stop in mei met roken



HANDLEIDING VOOR PROFESSIONALS

Buddy Deal in het kort

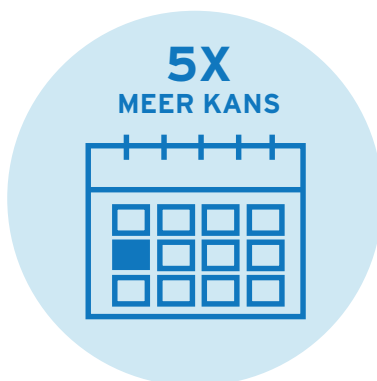


WAAROM DEZE ROOKSTOPCAMPAGNE STEUNEN?

Elk jaar zijn er in België nog steeds **14.000 mensen** die **vroegtijdig sterven** door de gevolgen van roken. Daarom wil Stichting tegen Kanker zoveel mogelijk mensen en middelen mobiliseren om de strijd tegen tabak te versnellen en rokers op weg te helpen naar een gezondere levensstijl. Met de steun van uw organisatie kunnen we nog meer Stoppers en Buddy's bereiken. De meeste rokers stoppen op eigen kracht maar missen soms een duwtje in de rug. Daarom is deze rookstopmaand voor hen een ideale uitdaging.



EÉN MAAND NIET ROKEN. MEER KANS OP SLAGEN.



Wie één maand stopt met roken heeft 5 keer meer kans om definitief te stoppen. Dat is **wetenschappelijk onderbouwd én een bewezen effectieve methode** die werkt bij het stoppen met roken. Buddy Deal heeft een positieve insteek en is laagdrempelig.

Wie stopt in de maand mei staat er niet alleen voor. Samen met 1000-den andere Stoppers, met de hulp van een Buddy en/of een professional en de steun van Stichting tegen Kanker, geven we de stopkans een stevige boost!

WAT IS EEN BUDDY DEAL?

Wie de uitdaging aangaat om te stoppen gedurende 1 maand, kan de steun van een vriend, familie of collega goed gebruiken. In ruil voor de inspanningen van de Stopper, belooft de Buddy een tegenprestatie. Zij sluiten zo een **"Buddy Deal" voor één maand van 1 tot en met 31 mei.**





HOE DEELNEMEN?

.....

STAP
1

Stoppers en hun Buddy kunnen zich **voor 1 mei** registreren via **www.buddydeal.be** en kunnen zo een starterskit per post ontvangen.

STAP
2

De Buddy belooft een **tegenprestatie** te leveren en steunt zijn/haar Stopper bij zijn/haar uitdaging gedurende de maand mei. **Wie geen Buddy heeft, kan ook deelnemen.** Stichting tegen Kanker zorgt voor voldoende ondersteuning via Blog, e-mail, social media ...

STAP
3

De Buddy Deal loopt van **1 tot 31 mei**.





TIMELINE



VOORBEREIDING

Februari

- Inschrijven kan vanaf 4 februari via www.buddydeal.be
- Download Digitale Toolkit via de website
- Bereid communicatie voor aan leden en ruim publiek



COMMUNICATIE

Maart

- Publiceer een artikel of advertentie in jouw magazine
- Maak de campagne bekend via jouw communicatiekanalen
- Zorgverleners spreken rokers aan (Very Brief Advice) en roepen op om deel te nemen

April

- Deel Social Media Posts en TV-spots van Stichting tegen Kanker via jouw kanalen
- Hang posters op in wachtzalen en publieke plaatsen
- Verdeel flyers aan rokers en hun Buddy
- Organiseer een informatiesessie als voorbereiding op rookstop en voorzie een infostand rond rookstop en Buddy Deal
- Ambassadeurs en media roepen op tot deelname
- Steunpakket voor Stopper en Buddy worden per post bezorgd

ACTIE



Mei: Buddy Deal

- De rookstopmaand loopt van 1 tot en met 31 mei
- Rokers worden ondersteund met een startpakket, doorverwijzing en wekelijkse e-mail
- Nodig rokers uit voor deelname aan alternatieve activiteiten in jouw buurt

Juni

- Afsluiting Buddy Deal
- Doorverwijzen bij herval naar professioneel rookstopaanbod



ONDERSTEUNINGSAANBOD VOOR PROFESSIONALS



Communicatiemateriaal: downloadbaar en te personaliseren
via <https://buddydeal.be/nl/toolkit>



- Poster A3
- Poster A4
- Flyer A5
- Social media tekst
- Social media visuals
- Digitale banner
- Wachtkamerfilmje (animatie aankondiging campagne)
- FB-frame
- Logo
- ...

ONDERSTEUNINGSAANBOD VOOR STOPPERS EN HUN BUDDY



- Een persoonlijke starterskit in de brievenbus
- Dagelijks tips voor Stopper/Buddy op buddydeal.be
- Doorverwijzing naar extra ondersteuning door professionals
- Wekelijks één e-mail boordevol tips
- Vrijblijvend aansluiten bij FB-groep





WAT KAN U DOEN ALS ORGANISATIE?

MAAK DE CAMPAGNE MEE BEKEND

Ga naar buddydeal.be/nl/toolkit om communicatiemateriaal te downloaden:

- Plaats een **advertentie/aankondiging** op uw website
- Deel onze Social Media posts op uw **Social Media**
- Publiceer een artikel in uw **ledenbladen** of **nieuwsbrief** met een oproep om deel te nemen aan Buddy Deal
- Print **gepersonaliseerde affiches** en hang die zoveel mogelijk uit

HELP ROKERS OM ZICH VOOR TE BEREIDEN

- **Organiseer een Buddy Deal bijeenkomst:** breng rokers en hun Buddy samen voor een infosessie rond stoppen met roken
- **Spreek rokers aan en nodig hen uit om deel te nemen aan Buddy Deal**
(Zie Very Brief Advice op de volgende pagina)
- Moedig rokers aan om zich in te schrijven voor 1 mei via www.buddydeal.be

Wie niet online kan inschrijven kan bellen naar het gratis telefoonnummer van **Tabakstop** op **0800 111 00**



MEER WETEN?

Mieke Van Croonenburg
Program Lead Tobacco bij
Stichting tegen Kanker
buddydeal@kanker.be
0473 82 45 05



VERY BRIEF ADVICE

Bewezen effectieve stoppen-met-roken interventie in 30 seconden

Rookt u?

NEE

Proficiat!

ROOKSTATUS

JA

Mocht u willen stoppen met roken, dan hebt u 3 tot 4 x meer kans op slagen met extra begeleiding.

U kan meedoen in mei aan de challenge Buddy Deal van Stichting tegen Kanker.

Bovendien bestaat er ook professionele begeleiding voor het stoppen met roken.

**Mag ik u daarover wat meer uitleg geven?
Het duurt 30 sec.**

INFO & TOESTEMMING

NEE

Dank voor uw tijd.

JA

Buddy Deal is een campagne van Stichting tegen Kanker en roept rokers op te stoppen in de maand mei met de steun van een Buddy. Samen met duizenden andere Stoppers gaat u de uitdaging aan en krijgt u de nodige ondersteuning om te stoppen.

Wilt u gratis meedoen en een steunpakket ontvangen?

JA

Schrijf u nu in voor Buddy Deal via www.buddydeal.be en ontvang een steunpakket per post. Geen internet? Bel dan gratis naar Tabakstop op 0800 111 00 om u in te schrijven.

Heeft u extra begeleiding nodig? Bel **Tabakstop** op **0800 111 00** of raadpleeg een tabakoloog via tabakologen.be. Ook uw huisarts en apotheker kunnen u rookstopadvies geven.

Veel succes!

BRIEF ADVICE

NEE

Dank voor uw tijd!
U weet nu dat hulp voorhanden is zodra u daar klaar voor bent.



Meer info of inschrijven
kan op www.buddydeal.be

