

Rapportage Evaluatie Rookvrij Leven Overvecht

September, Utrecht



Auteurs

Tessi Nobbe

Dit onderzoek werd uitgevoerd in opdracht van

Gemeente Utrecht,



Gemeente Utrecht

© 2025 Labyrinth Onderzoek & Advies

Amerikalaan 199
3526 VD Utrecht

T: +31 (0)30 262 71 91

E: info@labyrinthonderzoek.nl

W: www.labyrinthonderzoek.nl

Alle rechten voorbehouden

Niets uit deze uitgave mag - door iemand anders dan de opdrachtgever - worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming.

Inhoudsopgave

1 Inleiding	4
1.1. Onderzoeksopzet	4
1.1.1. Focusgroepen	5
1.1.2. Kwantitatieve vragenlijst	5
2 Analyse	6
2.1. Focusgroepen	6
2.1.1. Turkse vrouwen	6
2.1.2. Syrische vrouwen	7
2.1.3. Samenvatting focusgroepen	8
2.1.4. Focusgroep uitvoerders	8
2.1.5. Gesprek Pharos	9
2.1.6. Gesprekken Sterkz.org	9
2.2. Kwantitatieve vragenlijst	11
3 Toolkit, aanbevelingen & conclusie	16
3.1. Limitaties	17
3.2. Geleerde lessen	17
3.3. Aanbevelingen	18
4 Bijlage 1	21

1 Inleiding

Tussen 2023 en 2025 is in Overvecht de wijkaanpak Rookvrij Leven uitgevoerd. In deze periode zijn ruim 200 bewoners bereikt via diverse informatiesessies over tabaksgebruik, rookgedrag en de daaraan verbonden gezondheidsrisico's. De bijeenkomsten vonden plaats op vertrouwde plekken in de wijk, zoals buurthuizen en moskeeën, zodat bewoners konden worden aangesproken in hun eigen leefomgeving. Daarbij speelden sleutelpersonen een centrale rol: zo'n vijftien vertegenwoordigers uit de Syrische, Turkse en Marokkaanse gemeenschap zetten hun netwerk en vertrouwen in om anderen te betrekken.

Voor dit rapport zijn gesprekken gevoerd met vertegenwoordigers van betrokken organisaties, namelijk de gemeente Utrecht, Jellinek, Stichting Krachtwijken, Pharos en Sterkz.org. Hun ervaringen vormen een belangrijk fundament voor de evaluatie.

De verschillende wijkaanpakken voor Rookvrij Leven in Nederland zijn gebaseerd op drie pijlers, zoals geformuleerd door Pharos:

1. het informeren van buurtbewoners en het starten van het gesprek over roken en stoppen met roken;
2. het versterken van de toeleiding naar Stoppen-met-Roken (SMR)-zorg;
3. het evalueren van de beschikbare SMR-zorg: is deze toereikend?

In dit rapport staat de uitvoering van de aanpak in Overvecht centraal. Daarbij wordt niet alleen gekeken naar de resultaten, maar ook naar de werkzame elementen zoals die door de verschillende betrokkenen zijn ervaren.

1.1. Onderzoeksopzet

Voor de evaluatie en borging van de wijkaanpak Rookvrij Leven Overvecht is gekozen voor een tweesporenaanpak. Enerzijds is kwalitatieve informatie verzameld via focusgroepen met deelnemers en vertegenwoordigers van partnerorganisaties, aangevuld met gesprekken met Pharos en met vertegenwoordigers van Sterkz.org. Anderzijds is kwantitatieve data verzameld over de ervaringen en meningen van deelnemers uit Overvecht.

De inzichten uit beide sporen vormen samen de basis voor de analyse in hoofdstuk 3, waarin de belangrijkste lessen en aanbevelingen worden uiteengezet. Daarnaast is een toolkit ontwikkeld die kan worden ingezet om bewoners blijvend te betrekken bij wijkaanpakken rondom rookvrij leven, zowel in Overvecht als in andere wijken en steden.

De dataverzameling is gestuurd door de volgende onderzoeksvraag: In hoeverre is het project Rookvrij Leven Overvecht succesvol geweest in (1) het informeren van buurtbewoners over tabaksgebruik, (2) het versterken van de toeleiding naar SMR-zorg, en (3) het evalueren van de toereikendheid van de beschikbare SMR-zorg? En welke successen en lessen kunnen daaruit worden getrokken?

1.1.1. Focusgroepen

In het kader van de evaluatie van de wijkaanpak Rookvrij Leven Overvecht zijn drie focusgroepen georganiseerd. De eerste vond plaats met acht Turkse vrouwen, de tweede met achttien Syrische vrouwen, en de derde met vertegenwoordigers van partnerorganisaties, waaronder Jellinek, Stichting Krachtwijken en de gemeente Utrecht. Sterkz.org was niet aanwezig bij deze laatste focusgroep, daarom zijn er later afzonderlijk twee gesprekken gevoerd met vertegenwoordigers.

De focusgroepen stonden onder leiding van onderzoekers en gespreksleiders van Labyrinth en vonden plaats tussen 6 en 9 juli 2025.

1.1.2. Kwantitatieve vragenlijst

Tussen 21 juli en 26 augustus is er een kwantitatieve vragenlijst gedeeld met deelnemers aan de informatiesessies van Rookvrij Leven Overvecht. Zowel de vragenlijst als de topiclijst voor de focusgroepen waren gericht op het beoordelen van de informatievoorziening tijdens de informatiesessies. Bij de focusgroepen ging het met name om het begrijpen hoe de informatie is ontvangen door de deelnemers, en wat goed ging of beter zou kunnen gaan. De kwantitatieve vragenlijst diende om een meer overkoepelend beeld te krijgen van de kennis en ervaring van de deelnemers over de betrokken organisaties. Deze is door 36 respondenten ingevuld. De verspreiding en afname van de vragenlijst is bewerkstelligd door Stichting Krachtwijken. In 2.2 zijn de resultaten te lezen.

2 Analyse

In dit hoofdstuk wordt de aanpak van Rookvrij Leven Overvecht vanuit verschillende invalshoeken belicht. Door middel van focusgroepen met Turkse en Syrische vrouwen en een kwantitatieve vragenlijst is onderzocht hoe bewoners de bijeenkomsten en de communicatie daaromheen hebben ervaren. Daarnaast zijn gesprekken gevoerd met uitvoerende organisaties en met Pharos als landelijke coördinator. Deze verschillende perspectieven geven samen een rijk beeld van wat de aanpak in Overvecht heeft betekend, welke factoren succes hebben bepaald en waar uitdagingen zijn blijven liggen. Centraal daarbij staan thema's als vertrouwen, samenwerking en culturele sensitiviteit, maar ook de vraag hoe kennis kan worden omgezet in blijvende gedragsverandering en structurele maatregelen.

2.1. Focusgroepen

2.1.1. Turkse vrouwen

Bij de focusgroep op 6 juli 2025 waren 8 vrouwen aanwezig. Ze gaven aan dat hun deelname aan de bijeenkomsten vooral tot stand kwam via persoonlijke relaties en het vertrouwen in de medewerker van het buurthuis. Zonder die band zouden ze niet zijn gekomen. Ook het opbouwen van vertrouwen binnen de groep zelf vergde tijd, maar door consistentie en herhaalde ontmoetingen ontstond er uiteindelijk een veilige en hechte setting.

Ze volgden twee voorlichtingsbijeenkomsten. De eerste, op school en verzorgd door een ervaringsdeskundige, werd als zeer positief ervaren. Het onderwerp werd hierdoor concreet en herkenbaar, en de vrouwen leerden veel over roken en nieuwe tabaksmiddelen zoals snus en vapes. Deze kennis konden ze vervolgens ook delen met hun kinderen, wat waardevolle gesprekken opleverde. De tweede bijeenkomst, verzorgd door Jellinek, sloot minder goed aan: de vrouwen voelden zich minder verbonden met de spreker en gaven aan dat het effect groter zou zijn geweest als de voorlichting in het Turks was geweest of door een Turkse vrouw werd gegeven. Toch waardeerden ze dat er aandacht was voor cultuursensitief werken en dat hun achtergrond serieus werd meegenomen.

De effecten van de bijeenkomsten waren duidelijk merkbaar: de vrouwen voelden zich beter geïnformeerd, spraken erover met hun naasten en gaven aan dat vertrouwen in elkaar én in de organisaties doorslaggevend was om mee te doen. Ze willen graag meer handvatten krijgen om met name hun kinderen te kunnen helpen om niet te beginnen met roken en juist ook zelf te stoppen met roken. Voor alle deelnemers zijn hun kinderen en diens gezondheid belangrijk, en zeker bij volwassen kinderen vinden ze het lastig om echt invloed te kunnen uitoefenen op hun middelengebruik. Opvallend is dat het voor henzelf hun eigen gezondheid geen prioriteit is om te stoppen met roken. Ze erkennen dat het voor ouders ook goed zou zijn om meer begeleiding te krijgen en elkaar te steunen. Tegelijkertijd benoemden ze dat mensen zonder kinderen of zonder band met het buurthuis waarschijnlijk moeilijker te bereiken zijn, en dat analfabetisme en schaamte vragen om laagdrempelige communicatie via flyers met beelden en mond-tot-mond- of huis-aan-huis-reclame.

Motivatie werd vooral gevonden in de persoonlijke band en de veilige omgeving van het buurthuis, maar ook in het belang om meer te weten over tabaksgebruik voor hun gezinnen.

Vertrouwen speelt voor de deelnemers een belangrijke rol in het zoeken van hulp rondom gezondheid. Zo beschrijft één deelnemer een situatie waarbij zij naar de dokter ging met haar dochter omdat die te weinig at, maar daar het gevoel kreeg dat zij iets fout gedaan had. Daarnaast benadrukten ze dat preventie en het betrekken van jongeren cruciaal zijn. Ze waardeerden dat verslaving in brede zin aan bod kwam, en gaven aan dat gesprekken en bijeenkomsten beter werken dan individuele begeleiding door een coach, die zij eerder als betuttelend ervaren. Zo blijft de regie bij henzelf en beklijft de kennis beter.

2.1.2. Syrische vrouwen

Syrische vrouwen werden vooral via sociale media, zoals WhatsApp en sms, uitgenodigd voor de bijeenkomsten. Daarbij speelden de voorlichters van Jellinek een belangrijke rol; de vrouwen noemden hen bij naam, wat aangeeft dat er een persoonlijke band ontstond. Ook persoonlijke uitnodigingen van sleutelfiguren hielpen om de drempel te verlagen. Deze manier van communiceren werd als toegankelijk en prettig ervaren.

De voorlichting zelf werd gewaardeerd omdat die niet alleen kennis bood over roken en rookverslaving, maar ook inzicht gaf in bredere thema's van de Nederlandse samenleving. Het gebruik van visuele hulpmiddelen maakte de gevaren concreter; zo konden de vrouwen bijvoorbeeld lachgascilinders herkennen en hun kinderen daarover informeren. De tijdstippen van de bijeenkomsten waren gunstig, omdat hun kinderen dan vaak op school zaten. Wel gaven de deelnemers aan behoefte te hebben aan langere of meer sessies. Dat de bijeenkomsten in het Arabisch plaatsvonden, vonden zij een groot pluspunt. Minder positief vonden de Syrische moeders het feit dat dit soort voorlichting nauwelijks gegeven worden aan jongeren op scholen. Bovendien zagen zij in het aanbod weinig mogelijkheden om samen met hun tienerkinderen bijeenkomsten te volgen. Daar lagen volgens de deelnemers nog wel kansen voor het project Rookvrij Leven. Volgens hen zou kennis bovendien vertaald moeten worden naar actie, bijvoorbeeld door strengere en beter gehandhaafde regels op scholen. Ook vinden ze dat leraren beter getraind moeten worden om signalen van roken bij jongeren te herkennen. Sportclubs, scholen, vriendengroepen en maatschappelijk werkers zien zij als belangrijke kanalen om jongeren effectief te bereiken. Dit is iets wat zij in het project misten.

De effecten van de bijeenkomsten waren zichtbaar. Een van de vrouwen vertelde dat ze haar man had kunnen overtuigen te stoppen met roken dankzij de kennis die ze had opgedaan.

“Ik heb deelgenomen aan het overtuigen van mijn man om te stoppen met roken, en uiteindelijk is het me gelukt; hij is zes maanden gestopt met roken door veel advies te geven.”

- Deelnemer Focusgroep Syrische vrouwen

De deelnemers maakten een vergelijking met Syrië, waar programma's volgens hen meer het hele systeem rondom de jonge roker aanpakken, inclusief ouders, onderwijs en culturele gewoontes. In Nederland ligt de nadruk volgens hen sterker op het individu. Hun motivatie om deel te nemen kwam vooral voort uit zorgen om hun kinderen en uit gevoelens van onveiligheid door drugsdealers in de wijk.

Hoewel ongeveer de helft van hen waterpijp rookt, maakten ze zich minder zorgen om hun eigen gebruik.

De vrouwen benadrukten dat enkel deelnemen niet voldoende is: er moeten ook structurele maatregelen komen, met speciale aandacht voor jongeren. Ze deden zelf suggesties, zoals seminars op scholen, recreatieve workshops tijdens schoolkampen of voorlichting via films en korte dramaseries. Daarmee lieten ze zien dat zij actief meedenken over hoe de preventie-aanpak sterker kan aansluiten bij de leefwereld van jongeren.

2.1.3. Samenvatting focusgroepen

Zowel de Turkse als de Syrische vrouwen benadrukken dat persoonlijke relaties en vertrouwde communicatiekanalen essentieel zijn om deel te nemen aan voorlichtingsbijeenkomsten. Voor de Turkse vrouwen speelt de rol van het buurthuis en persoonlijke vertrouwensbanden een doorslaggevende rol, terwijl de Syrische vrouwen vooral sociale media en sleutelfiguren als belangrijke toegangspoorten noemen.

Inhoudelijk waarderen beide groepen dat de bijeenkomsten niet alleen kennis bieden over de schadelijke effecten van roken en tabaksgebruik, maar ook dat de bijeenkomsten ze aanknopingspunten geven om over roken en tabaksgebruik in gesprek te gaan met hun kinderen en omgeving. Tegelijkertijd wordt in beide groepen aangegeven dat de effectiviteit toeneemt wanneer de voorlichting aansluit bij hun culturele en talige achtergrond. Voor de Turkse vrouwen is herkenning in de spreker en het gebruik van de Turkse taal hierbij cruciaal. Voor de Syrische vrouwen is het gebruik van Arabisch en visuele hulpmiddelen een belangrijke meerwaarde. Visuele hulpmiddelen zijn volgens de Turkse vrouwen ook van belang om meer mensen te kunnen bereiken met informatie rondom tabaksgebruik.

Wat betreft motivatie speelt zorg voor de kinderen en de wens om hen beter te beschermen tegen tabaks- en middelengebruik een centrale rol. De Turkse vrouwen geven daarnaast aan dat betrokkenheid en veiligheid binnen een vertrouwde omgeving hen stimuleert, terwijl de Syrische vrouwen vooral worden gedreven door zorgen over de invloed van hun omgeving en sociale problematiek in de wijk.

Beide groepen wijzen erop dat kennisoverdracht alleen niet voldoende is; er is ook behoefte aan structurele maatregelen en een bredere aanpak die ouders, scholen en de samenleving betreft. Er moet worden doorgepakt. Voor zowel Turkse als Syrische vrouwen geldt bovendien dat zij graag een actieve rol willen vervullen in het ondersteunen van hun gemeenschap, met name hun kinderen. Beide groepen willen dat er meer gedaan gaat worden om ook jongeren goed te informeren.

2.1.4. Focusgroep uitvoerders

Uit het gesprek met de uitvoerende organisaties bleek dat samenwerking sterker wordt wanneer partijen elkaar aanvullen en op elkaar kunnen vertrouwen. Stichting Krachtwijken wist als wijkorganisatie bewoners te bereiken en vertrouwen te winnen, terwijl Jellinek inhoudelijke deskundigheid op het gebied van middelengebruik inbracht. Het feit dat niet alleen de sleutelpersonen maar ook de experts van Jellinek de taal van de bewoners spraken en rekening konden houden met hun culturele achtergrond was van groot belang. De gemeente Utrecht fungeerde als paraplu die de verschillende organisaties samen bracht. Omdat veel bewoners wantrouwig staan tegenover overheidsinstanties, zou de wijkaanpak een stuk minder succesvol zijn geweest zonder de samenwerking tussen de verschillende organisaties. Deze keuze voor een combinatie van bereik en expertise werd door betrokkenen gezien als een belangrijke succesfactor. Desalniettemin geven de

vertegenwoordigers van de uitvoerende organisaties in de focusgroep aan dat de samenwerking met Sterkz.org in hun ervaring niet goed is verlopen. Ze gaven aan dat ze Sterkz.org moeilijk bereikbaar vonden, en dat Sterkz.org slechts sporadisch aanwezig was bij hun interne bijeenkomsten. Volgens de vertegenwoordigers van de uitvoerende organisaties kan dit de begeleiding de begeleiding naar Praktijk Ondersteunende Huisartsen (POHs) die Stoppen Met Roken (SMR)-zorg verschaffen lastiger hebben gemaakt voor bewoners. Uit de latere gesprekken met de vertegenwoordigers van Sterkz.org bleek dat dit feitelijk niet één van hun beoogde en afgesproken doelen was.

Het bereiken van bewoners die overheidsinstanties wantrouwen, was volgens de aanwezigen vooral mogelijk door inzet van sleutelpersonen met een langdurige en herkenbare aanwezigheid in de wijk. Het opbouwen van deze aanwezigheid en herkenbaarheid hielp hierbij. Via moskeeën, buurthuizen en scholen ontstond een veilige setting waarin taboes bespreekbaar werden. Daarbij speelde co-creatie met bewoners een belangrijke rol: door gezamenlijk te bepalen welke vorm en taal het beste aansloten, sloten bijeenkomsten beter aan bij de praktijk van alledag. Ook jongeren werden betrokken, onder meer via scholen. Daarbij viel het de organisaties op dat hun kennisniveau over roken, vaperen en snus vaak hoger lag dan dat van hun ouders.

Het wegnemen van wantrouwen en taboes vroeg in de ervaring van de uitvoerende organisaties om geduld, persoonlijke benadering en praktische informatie. Herkenbare gezichten uit de wijk gaven vertrouwen, terwijl het delen van concrete feiten – bijvoorbeeld dat stoppen-met-roken zorg niet ten koste gaat van het eigen risico – misverstanden kon wegnemen. De aanpak maakte duidelijk dat een collectieve en relationele benadering, waarin gemeenschappen centraal staan, in Overvecht toepasselijker was dan meer individualistische benaderingen. Tegelijkertijd laat de ervaring zien dat continuïteit van persoonlijke relaties en het zorgvuldig combineren van organisaties met veel kennis en organisaties met veel bereik bepalend is voor blijvend succes.

2.1.5. Gesprek Pharos

Overkoepelende organisatie Pharos is verantwoordelijk voor alle wijkaanpakken in heel Nederland. Belangrijk bij deze overkoepelende aanpak is dat elke wijk uniek is, en elke wijk dus ook een aanpak in eigen stijl zal hebben. Door de vertegenwoordiger van Pharos konden alleen in grote lijnen uitspraken gedaan worden over Rookvrij Leven Overvecht. Een opvallend punt wat genoemd wordt is dat in Overvecht meer nadruk lag op samenwerking met inwoners en sleutelfiguren uit de wijk, en minder op samenwerking met zorgprofessionals. In andere wijken in Nederland waren juist de banden met bewoners zwakker, terwijl de zorgprofessionals sterker verbonden waren. Deze focus in Overvecht leverde voordelen op voor het contact met bewoners, maar betekende ook dat de relatie met formele zorgstructuren en jongerenwerk minder ontwikkeld bleef. De reflectie van Pharos wijst erop dat succesfactoren vooral liggen in persoonlijke inzet, vertrouwensrelaties en de flexibiliteit om af te wijken van landelijke formats. Daarmee kunnen er ook geen waardeoordelen gedaan worden over de wijkaanpakken, omdat ze ieder uniek zijn. Een opvallende observatie die in heel Nederland terugkomt betreft de hoge eisen voor het worden van een Stoppen Met Roken (SMR)-coach. Ook al willen bewoners heel graag SMR-coach worden, als ze geen HBO-opleiding gevolgd hebben en geen eerdere coachingservaring hebben, dan is het niet mogelijk. Dit was ook het geval in Overvecht. Belangrijk is dus dat de mogelijkheden hiertoe worden uitgebreid.

2.1.6. Gesprekken Sterkz.org

Tussen 12 en 17 september zijn er twee gesprekken gevoerd met vertegenwoordigers van Sterkz.org om hun rol in het project Rookvrij Leven Overvecht te verduidelijken en context te bieden. In deze

gesprekken hebben de vertegenwoordigers duidelijk gemaakt dat de bijdrage en aanwezigheid van Sterkz.org anders uitpakte dan vooraf was voorzien.

Volgens het projectplan *Rookvrij Leven voor Iedereen* (21-12-2022) lag de rol van Sterkz.org primair bij het onder de aandacht brengen van nieuw of aanvullend Stoppen-met-Roken (SMR)-aanbod bij eerstelijns zorgprofessionals, met daarbij aandacht voor deskundigheidsbevordering op het gebied van signaleren, motiveren en doorverwijzen. Aangezien er in het kader van dit project geen aanvullend SMR-aanbod ontwikkeld of opgeleverd is, bleef hun inzet in de praktijk beperkt, blijkt uit de gevoerde gesprekken.

De vertegenwoordigers geven aan dat Sterkz.org gedurende de looptijd structureel vertegenwoordigd was in de stuurgroep, maar minder vaak aanwezig bij uitvoeringsoverleggen in de wijk. Deze keuze werd vooraf gemaakt en per keer afgewogen op basis van inhoudelijke relevantie en beschikbare capaciteit. Hun aanwezigheid was dus niet continu zichtbaar in de wijkaanpak, maar wel geborgd in de overkoepelende besluitvorming. Vanuit hun eigen perspectief werd hun kritische inbreng soms gezien als afstandelijk of afwezig, terwijl zij dit vooral bedoelden als reflectie op de koers en haalbaarheid van het project.

In de beginfase wezen zij – samen met Jellinek – herhaaldelijk op het oorspronkelijke doel: versterking van de SMR-zorg en het realiseren van betere toeleiding, zowel vanuit de eerstelijns als rechtstreeks vanuit bewoners. Toen de focus van het project verschoof naar thema's als jeugd en vapes, waar geen eerstelijns SMR-zorg op aansluit, zag Sterkz.org hun rol logischerwijs kleiner worden. Pogingen om de koers te herijken bleken onvoldoende effect te hebben. Daarbij spelen bredere factoren mee, zoals de hoge zorgvraag in Overvecht, die volgens hen maakt dat samenwerking met het sociaal domein en cultuursensitief werken essentieel is. De partnerorganisaties hebben desalniettemin samen met Sterkz.org de doelgroepen geherdefinieerd en ook gericht op o.a. de Turkse en Syrische groepen.

Sterkz.org kreeg in de beginfase de indruk dat er plannen waren om in Overvecht een faciliteit van Recovery Mental Healthcare op te zetten. Zij zagen dit als een kansrijke, cultuursensitieve manier om het SMR-aanbod in de wijk te versterken. Omdat deze plannen uiteindelijk niet verder werden uitgewerkt en het aanvullende aanbod uitbleef, bleef ook de rol van Sterkz.org beperkt.

In de gesprekken vertelden de vertegenwoordigers dat Sterkz.org in het begin benadrukte dat vooral Syrische en Turkse bewoners baat zouden hebben bij een aanpak op maat. In de eerste fase van het project werden echter voornamelijk bewoners met een Marokkaanse achtergrond bereikt. Volgens hen is dit later, mede door hun aandringen, bijgestuurd, waardoor Syrische en Turkse bewoners alsnog beter werden betrokken. Zij waarderen dat er uiteindelijk meer Syrische en Turkse bewoners zijn bereikt. Verder benadrukten de vertegenwoordigers dat het belangrijk is niet alleen formele, maar ook informele SMR-ondersteuning te erkennen. In beide gesprekken wordt (h)erkend dat de huidige situatie rondom SMR-coaches niet ideaal is, omdat de formele eisen voor om SMR-coach te hoog zijn voor wijkbewoners. Ondersteuning door bijvoorbeeld een buurvrouw, partner of kinderen in verschillende vormen kan in de praktijk minstens zo effectief zijn. Zij wezen erop dat inwoners niet uitsluitend geconfronteerd moeten worden met de negatieve effecten van roken, maar ook handvatten moeten krijgen om daadwerkelijk hun gedrag te veranderen.

Sterkz.org waardevolle lessen ziet in het project, met name op het gebied van cultuursensitief werken en de inzet van sleutelpersonen. Desalniettemin is hun rol kleiner geworden dan oorspronkelijk voorzien, vooral door het uitblijven van aanvullend SMR-aanbod en de veranderende focus van het project. Vanuit hun optiek heeft dit geleid tot kritische kanttekeningen en keuzes in aanwezigheid, die door de andere organisaties verschillend worden geïnterpreteerd.

2.2. Kwantitatieve vragenlijst

Tussen 21 juli en 26 augustus is er een vragenlijst verspreid onder deelnemers van de verschillende bijeenkomsten gedurende de looptijd van Rookvrij Leven Overvecht. Naar schatting van de uitvoerende partijen zijn daar om en nabij 200 verschillende personen uit de buurt aanwezig geweest. In totaal is de vragenlijst door 37 personen ingevuld. 1 van deze 37 heeft de vragenlijst niet voltooid, en is dus uitgesloten van de analyse. De vragenlijst diende om de mening van de deelnemers over het project te kunnen achterhalen. Ook het effect van het project op het daadwerkelijke rookgedrag van de deelnemers wordt daarin meegenomen.

Alle 36 deelnemers geven aan dat ze mee hebben gedaan aan het project Rookvrij Leven Overvecht.

In tabel 1 is een overzicht te zien van de afkomst van de deelnemers op basis van hun eigen geboorteland en dat van hun moeder en vader. Het grootste deel van de deelnemers heeft een Syrische afkomst (n=13), gevolgd door een Turkse afkomst (n=11), een Marokkaanse afkomst (n=10) en tot slot een Nederlandse afkomst (n=2).

Tabel 1. Overzicht geboortelands van de respondenten en hun ouders (n=36).

	Geboorteland ouders Marokko	Geboorteland ouders Syrië	Geboorteland ouders Turkije	Geboorteland ouders Nederland
Respondent zelf geboren in land van herkomst	9	13	7	N.v.t.
Respondent zelf geboren in Nederland	1	0	4	2

32 van de 36 respondent hebben kinderen, de leeftijdscategorieën waarin hun kinderen vallen is te zien in tabel 2. De respondenten zijn niet gevraagd hoeveel kinderen ze hebben. Meerdere kinderen kunnen dus in dezelfde categorie vallen. Respondenten konden bovendien meerdere categorieën selecteren als hun kinderen binnen verschillende leeftijdscategorieën vielen. De meeste deelnemers hebben één of meerdere kinderen tussen de 12 en 17.

Tabel 2. Overzicht leeftijdscategorieën kinderen van de deelnemers (meerdere opties mogelijk) (n=32).

Leeftijdscategorie	Aantal ouders met kinderen in een bepaalde categorie
0-3	4
4-7	7
8-11	8
12-17	12
18-25	5

De meeste respondenten zijn via Stichting Krachtwijken (n=21) in contact gekomen met Rookvrij Leven Overvecht, en een enkeling via een (jongeren)coach (n=1) of familie/vrienden (n=1). 4 respondenten geven aan dat zij op een andere manier in contact zijn gekomen met het project, namelijk via de begeleidster/vrijwilligster van hun groep of de sleutelfiguur. Uit het antwoord wordt niet duidelijk of deze sleutelfiguur dezelfde persoon is als de begeleidster.

In tabel 3 is te zien waarom respondenten zijn overgegaan tot deelname aan het project. De manier waarop de respondent benaderd is speelde voor velen een (grote) rol (n=33). Ook de informatie die werd aangeboden was van belang: voor 31 respondenten speelde dat een (grote) rol. Het gevoel bij de organisaties was ook van belang, maar minder dan de voorgaande stellingen: voor 27 respondenten speelde dat een (grote) rol. Het willen verbeteren van de gezondheid en/of het willen stoppen met roken was van weer iets minder belang: voor respectievelijk 23 respondenten en 16 respondenten speelde dat een (grote) rol.

Tabel 3. Wat speelde een rol bij het meedoen aan het project Rookvrij Leven Overvecht? (n=36).

	Speelde een grote rol	Speelde een rol	Speelde geen rol	Weet ik niet/niet van toepassing
De manier waarop ik benaderd ben	16	17	2	1
De informatie die me aangeboden werd	8	23	4	1
Ik had een goed gevoel bij de organisatie (stichting Krachtwijken, Jellinek, en/of Sterkz.org)	10	17	7	2
Ik wilde graag mijn gezondheid verbeteren	10	13	12	1
Ik wilde stoppen met roken	5	11	16	4

Vervolgens hebben we uitgevraagd hoeveel vertrouwen de respondenten hadden in de verschillende betrokken organisaties Stichting Krachtwijken, Sterkz.org, en Jellinek.

Tabel 4. In hoeverre heeft u vertrouwen in de stichting Krachtwijken/de organisatie Sterkz.org/de organisatie Jellinek? (n=36).

In hoeverre heeft u vertrouwen in...	Heel veel vertrouwen	Veel vertrouwen	Neutraal	Weinig vertrouwen	Heel weinig vertrouwen	Weet ik niet/niet van toepassing OF geen antwoord
...de stichting Krachtwijken	15	13	8	0	0	0
...de organisatie Sterkz.org	0	0	0	0	0	36
...de organisatie Jellinek	1	9	17	0	0	9

We hebben de respondenten gevraagd naar hun tabaksgebruik om te kunnen achterhalen wat het effect is geweest van hun deelname aan het programma. In onderstaande tabellen staan de uitkomsten. 22 respondenten geven aan dagelijks of minder dan dagelijks te roken.

Tabel 5. Rookt u op dit moment? Bijvoorbeeld sigaretten, vapes, of snus. (n=36).

Ja, dagelijks	13
Ja, af en toe (niet dagelijks)	9
Nee, maar ik heb vroeger gerookt	6
Nee, ik heb nog nooit gerookt	8

Alle respondenten die 'Nee, maar ik heb vroeger gerookt' (n=6) of 'Nee, ik heb nog nooit gerookt' (n=8) hebben de hieropvolgende vragen overgeslagen omdat deze gericht zijn op rokers (n=22).

Tabel 6. Hoe vaak rookt u gemiddeld? Dit gaat ook over het gebruik van bijvoorbeeld vapes of snus. (n=22).

Een paar keer per maand	3
Een paar keer per week	6
Minder dan 5 keer per dag	0
5-10 keer per dag	7
11-20 keer per dag	5
Meer dan 20 keer per dag	1

Tabel 7. In hoeverre heeft het project Rookvrij Leven Overvecht bijgedragen aan dat u minder bent gaan roken? (n=22).

Ik ben niet minder gaan roken	18
Ik ben minder gaan roken, maar niet door het project	0
Ik ben minder gaan roken dankzij het project	4

De respondenten die als antwoord 'Nee, maar ik heb vroeger gerookt' (n=6) hebben gegeven bij de vraag 'Rookt u op dit moment', hebben de vraag in tabel 8 ontvangen. 5 respondenten geven aan dat het project niet heeft bijgedragen bij hun stoppen met roken, maar voor één respondent heeft de deelname aan het project heel erg bijgedragen bij het stoppen met roken.

Tabel 8. In hoeverre heeft het project Rookvrij Leven Overvecht bijgedragen aan dat u gestopt bent met roken? (n=6).

Helemaal niet	5
Een beetje	0
Heel erg bijgedragen	1

Alle respondenten zijn uiteindelijk gevraagd of ze bekend waren met de schadelijke effecten van roken voordat ze deelnamen aan het project. Veruit de meeste respondenten (n=31) geven aan dat zij voor hun deelname aan de informatiesessies van het project Rookvrij Leven Overvecht niet bekend waren met de schadelijke gevolgen van roken.

Tabel 9. Was u, voordat u aan dit project begon, bekend met de schadelijke gevolgen van roken? (n=36).

Ja	5
Nee	31

De respondenten hebben een aantal stellingen over wat ze geleerd hebben over tabaksmiddelen door het project gekregen. De meeste respondenten geven aan dat ze door het project beter weten hoe slecht roken (35 (helemaal) eens), vpen (36 (helemaal) eens), en snus (36 (helemaal) eens) is.

Tabel 10. Stellingen: Door het project Rookvrij Leven Overvecht, weet ik hoe slecht roken/vapen/snus voor je gezondheid is. (n=36).

	Helemaal oneens	Oneens	Neutraal	Eens	Helemaal eens
Door het project Rookvrij Leven Overvecht, weet ik beter hoe slecht roken voor je gezondheid is.	0	0	1	16	19
Door het project Rookvrij Leven Overvecht, weet ik hoe slecht vpen voor je gezondheid is.	0	0	0	18	18
Door het project Rookvrij Leven Overvecht, weet ik hoe slecht snus voor je gezondheid is.	0	0	0	17	19

De respondenten geven aan dat zij dankzij het project Rookvrij Leven Overvecht dus beter weten wat de gezondheidseffecten zijn van tabaksgebruik. Het daadwerkelijk stoppen met roken is grotendeels nog niet gelukt.

Alle respondenten geven aan dat ze het project Rookvrij Leven Overvecht aan anderen zouden aanbevelen.

Ten slotte zijn de respondenten ook nog gevraagd naar wat ze goed vonden aan het project Rookvrij Leven Overvecht. Veruit de meeste respondenten ervoeren de bijeenkomsten als leerzaam en belangrijk. Vooral informatie over vapes en snus was nieuw en soms ook schokkend. De respondenten vonden het fijn dat de voorlichting duidelijk en laagdrempelig werd gegeven, met ruimte voor vragen en discussie. Door vijf respondenten wordt genoemd dat het gebruik van Arabisch en Turks de sessies goed toegankelijk maakte voor deelnemers die het Nederlands minder goed beheersen. Ook het laten zien van de producten zelf droeg bij aan beter begrip. Veel respondenten vinden dat dit soort bijeenkomsten vaker zouden moeten plaatsvinden, ook voor jongeren, en zien er een waardevolle aanvulling in voor de wijk. Er wordt ook genoemd dat men het fijn vond dat de voorlichters naar hen toekwamen.

De respondenten zijn ook gevraagd naar verbeterpunten. Ze benadrukken het belang van regelmatige en toegankelijke voorlichting over roken, snus en vpen voor zowel volwassenen als jongeren. Ze waarderen duidelijke uitleg, visuele hulpmiddelen en eigen taal, en zien het als essentieel dat kinderen en jongeren worden bereikt om vroegtijdige blootstelling te voorkomen. Daarnaast is er behoefte aan praktische informatie over stoppen met roken en waar hulp te vinden is, omdat veel

mensen willen stoppen maar niet weten hoe. Twee respondenten benoemden dat het fijn zou zijn als er ook vrouwelijke begeleiders betrokken zouden zijn bij de informatiesessies. Het project wordt gezien als waardevol om kennis over gezondheid te vergroten en gedragsverandering te ondersteunen, en deelnemers vinden dat het breed en inclusief voor alle doelgroepen, waaronder Syrische mannen en Somalische mensen, in de wijk moet worden aangeboden. Die zijn volgens de respondenten op dit punt nog te weinig bereikt.

Samenvatting kwantitatieve vragenlijst

Deelnemers aan Rookvrij Leven Overvecht gaven aan dat de bijeenkomsten leerzaam en belangrijk waren, vooral omdat ze nu beter begrijpen wat de schadelijke effecten zijn van roken, vaperen en snus. Ze vonden de sessies laagdrempelig, met ruimte voor vragen, in eigen taal en ze vonden het fijn dat er tabaksmiddelen getoond werden, wat het begrip vergrootte. Hoewel het project slechts beperkt heeft bijgedragen aan daadwerkelijk stoppen met roken, waardeerden de deelnemers het initiatief en gaven ze aan dat herhaalde en toegankelijke voorlichting, praktische informatie over stoppen en bredere inclusiviteit, ook voor jongeren en verschillende doelgroepen in de wijk, belangrijk zijn voor toekomstig succes.

3 Toolkit, aanbevelingen & conclusie

Het project Rookvrij Leven Overvecht heeft veel mensen bereikt en veel informatie gedeeld. In hoeverre is het project uiteindelijk succesvol geweest in het bereiken van de door Pharos vastgestelde pilaren?

1. Informeren van buurtbewoners over tabaksgebruik

Zowel Turkse als Syrische vrouwen gaven aan dat de bijeenkomsten leerzaam waren en hen hielpen om hun kinderen en omgeving beter te informeren over roken, vaperen en snus. Factoren die het succes hierbij hebben versterkt, zijn het gebruik van visuele hulpmiddelen, het aanbieden van de sessies in de eigen taal (Turks en Arabisch) en de laagdrempelige, toegankelijke opzet van de bijeenkomsten. Daarnaast bleek vertrouwen in de betrokken organisaties en persoonlijke relaties met sleutelfiguren en coaches van het buurthuis cruciaal om deelname te stimuleren. Het project bood niet alleen kennis, maar gaf de deelnemers ook handvatten om met hun kinderen en familie over tabaksgebruik te praten.

2. Versterken van de toeleiding naar SMR-zorg (Stoppen-met-Roken-zorg)

Wat betreft de **toeleiding naar formele Stoppen-met-Roken-zorg (SMR-zorg)**, laat het project een minder sterk resultaat zien. Hoewel Sterkz.org structureel betrokken was bij de stuurgroep, was hun aanwezigheid bij de uitvoering in de wijk beperkt, waardoor directe toeleiding van bewoners naar formele SMR-zorg beperkt bleef. Desondanks werden bewoners via buurthuizen, scholen en sociale netwerken wel laagdrempelig geïnformeerd over stoppen-met-roken-mogelijkheden. Hieruit blijkt dat sleutelfiguren uit de wijk essentieel zijn om vertrouwen en bereik te vergroten, terwijl structurele aanwezigheid van zorgverleners de effectiviteit van SMR-zorg kan versterken omdat deze daardoor laagdrempeliger kan worden. Ook de formele eisen voor SMR-coaches beperken de inzet van lokale bewoners als coaches, waardoor informele begeleiding een belangrijk alternatief is.

3. Evalueren van de toereikendheid van beschikbare SMR-zorg

Het project liet zien dat formele SMR-zorg onvoldoende bereikt wordt door de wijkbewoners. Bewoners missen handvatten en praktische begeleiding om daadwerkelijk te stoppen. Het aanbod is daarbij niet toereikend voor de bewoners, en nieuw aanbod is niet van de grond gekomen. Er is een duidelijke behoefte aan structurele maatregelen en een integrale aanpak die ouders, scholen en jongeren betreft. Veel deelnemers gaven aan dat kennis alleen niet voldoende is om daadwerkelijk te stoppen met roken en dat praktische begeleiding ontbreekt. Zowel Turkse als Syrische vrouwen benadrukten dat preventie en ondersteuning effectiever zijn wanneer deze aansluiten bij hun culturele context en leefwereld.

De volgende stap is het vertalen van kennis naar concrete gedragsverandering. De ervaringen uit Overvecht laten zien dat vertrouwen, persoonlijke relaties en cultuursensitief werken de sleutel zijn om bewoners te bereiken en te betrekken bij stoppen-met-roken-initiatieven. Het project is succesvol in het opbouwen van vertrouwen en het overbrengen van kennis, maar heeft slechts geringe impact op het daadwerkelijke rookgedrag. Zo blijkt uit de vragenlijst dat 50% van de respondenten die hebben deelgenomen aan de informatiesessies niet zijn gestopt met roken. 11% van de deelnemers geeft

daarbij aan dat ze minder zijn gaan roken dankzij de informatiesessies (zie tabel 7). Eén persoon die gestopt is met roken geeft aan dat de deelname aan de informatiesessie daarin heel erg heeft bijgedragen. Kennisoverdracht alleen is desalniettemin niet voldoende: duurzame resultaten vragen om structurele maatregelen, een stevige verankering in formele zorgstructuren en een sterke focus op jongeren. Het feit dat Sterkz.org slechts in kleine mate betrokken is geweest is niet alleen een gemis geweest voor de bewoners, maar ook voor de vertegenwoordigers van Sterkz.org en voor de andere uitvoerende organisaties. Het is onduidelijk welke gevolgen dit heeft gehad voor de buurtbewoners die hebben deelgenomen aan het project Rookvrij Leven Overvecht.

3.1. Limitaties

Het project Rookvrij Leven Overvecht heeft belangrijke resultaten geboekt, maar kent ook enkele beperkingen. Het bereik van het project en daarmee de evaluatie was beperkt. Vooral Turkse, Marokkaanse en Syrische vrouwen met persoonlijke netwerken en een band met het buurthuis werden bereikt, terwijl andere groepen, zoals mannen, jongeren of bewoners zonder bestaande contacten in het buurthuis minder betrokken waren. Hierdoor is de representativiteit van de evaluatie eveneens beperkt. Bovendien hebben slechts 36 van de geschatte 200 deelnemers aan de informatiesessies de vragenlijst ingevuld. De vragenlijst was alleen beschikbaar in het Nederlands, wat de respons beperkt kan hebben. Door wisselingen in de stuurgroep kan een deel van de historische kennis en context minder volledig zijn overgedragen.

3.2. Geleerde lessen

Uit de ervaringen binnen het project Rookvrij Leven Overvecht kunnen waardevolle lessen getrokken worden.

1. **Vertrouwen en persoonlijke relaties zijn cruciaal**

Deelname en effectiviteit hangen sterk af van persoonlijke banden, herkenbaarheid en een veilige omgeving. Zonder deze relaties is het moeilijk om bewoners te bereiken.

2. **Cultuursensitiviteit versterkt impact**

Voorlichting die rekening houdt met taal, cultuur en religieuze context wordt beter begrepen en blijft beter hangen bij de deelnemers.

3. **Kennis alleen is niet genoeg**

Hoewel deelnemers beter geïnformeerd zijn over de gevaren van roken, vaperen en snus, is dit onvoldoende om gedragsverandering te realiseren. Praktische ondersteuning en structurele maatregelen zijn nodig.

4. **Rol van sleutelfiguren en wijkorganisaties**

Organisaties zoals Stichting Krachtwijken en betrokken sleutelfiguren vergroten bereik en vertrouwen, terwijl inhoudelijke expertise (bijv. Jellinek) zorgt voor correcte en overtuigende informatie. De rol van eerstelijns zorgaanbieders zoals Sterkz.org is in een samenwerking zoals deze ook van groot belang. De uitvoerende organisaties moeten goed op elkaars sterke punten inspelen om hun krachten te bundelen. Zo kan de effectiviteit van een programma zoals dit project vergroot worden.

5. **Formele zorgstructuren hebben beperkingen**

Hoge eisen voor SMR-coaches en beperkte zichtbaarheid van formele zorgverleners maken dat informele begeleiding een essentieel onderdeel is van de wijkaanpak.

6. **Motivatie is vaak verbonden met gezin en omgeving**

De bescherming van kinderen en zorgen over sociale veiligheid zijn sterkere motivatoren voor deelname dan de eigen gezondheid. Programma's kunnen effectiever zijn door deze motivatie centraal te stellen. Dit kan ook kansen bieden voor informele SMR-zorg.

3.3. Aanbevelingen

Aan de hand van de geleerde lessen zijn ook aanbevelingen geformuleerd. Op basis hiervan is een toolkit ontworpen (zie afbeelding 1).

1. Blijf investeren in laagdrempelige en cultuursensitieve voorlichting

- Zorg dat bijeenkomsten in de eigen taal van de deelnemers plaatsvinden (bijv. Turks of Arabisch) en gebruik visuele hulpmiddelen om informatie concreet en herkenbaar te maken.
- Organiseer bijeenkomsten op plekken waar bewoners zich veilig voelen, zoals buurthuizen, scholen of moskeeën.

2. Versterk persoonlijke relaties en vertrouwensbanden

- Betrek sleutelfiguren uit de wijk om deelname te stimuleren en taboes te doorbreken.
- Onderhoud langdurige aanwezigheid van bekende gezichten in de wijk, zodat bewoners eerder openstaan voor voorlichting en hulp.

3. Integreer ouders, jongeren en scholen in de preventie-aanpak

- Ontwikkel programma's die kinderen en tieners actief betrekken, bijvoorbeeld via workshops, seminars of interactieve sessies op scholen.
- Zorg dat ouders handvatten krijgen om hun kinderen te beschermen tegen tabaksgebruik en middelengebruik.

4. Versterk toeleiding naar SMR-zorg

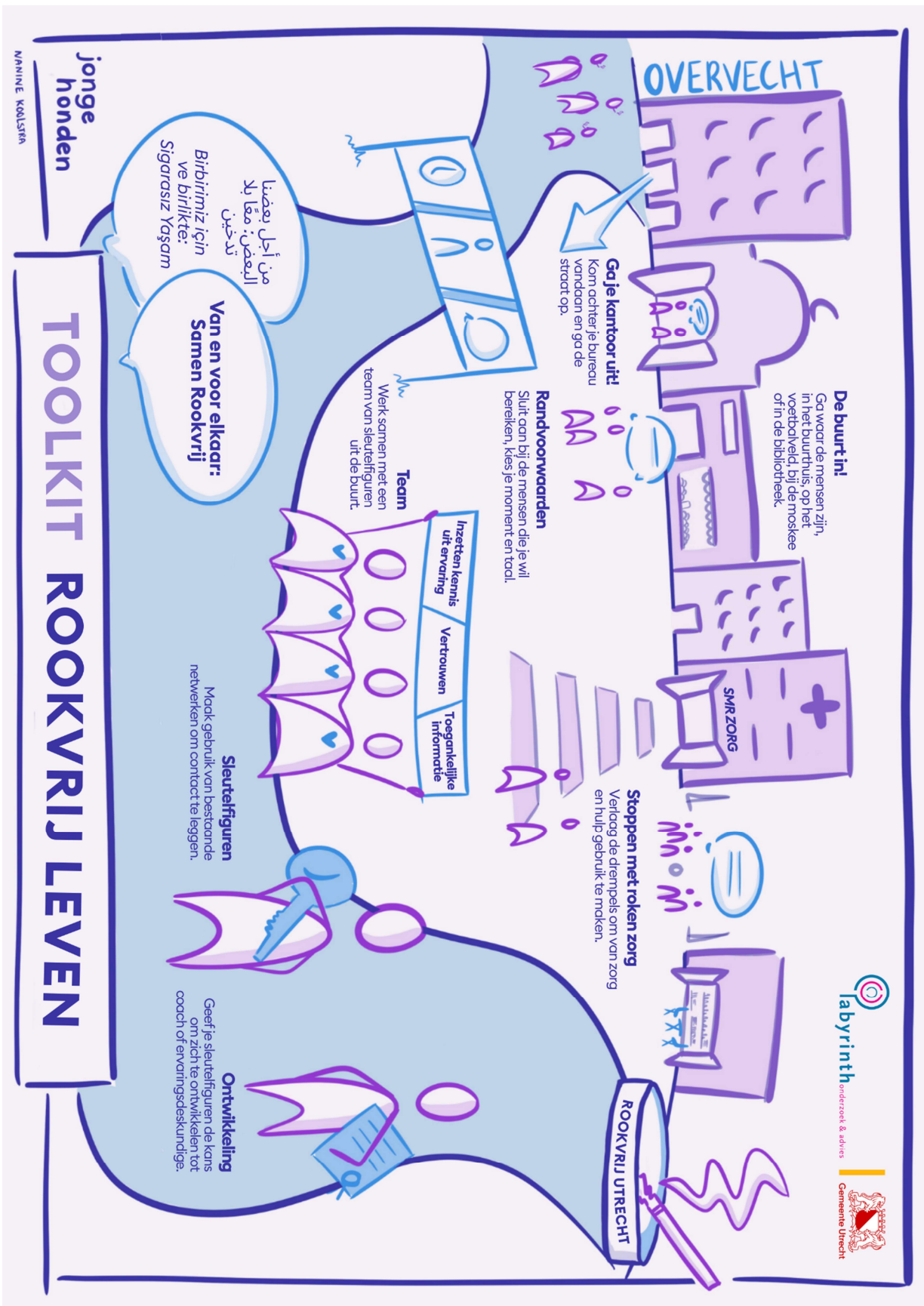
- Maak SMR-aanbod laagdrempelig en inclusief, bijvoorbeeld via informele begeleiding door buurvrouwen, partners of andere vertrouwde wijkbewoners.
- Herzie de formele eisen voor SMR-coaches om bewoners met praktijkervaring ook te kunnen inzetten.

5. Herhaalde en toegankelijke communicatie

- Organiseer regelmatig sessies en zorg dat informatie herhaald wordt, zowel mondeling via bijeenkomsten als via flyers, sociale media of huis-aan-huisreclame.
- Zorg dat informatie praktisch toepasbaar is, bijvoorbeeld over hoe te stoppen met roken en waar ondersteuning te vinden is.

6. Structurele maatregelen

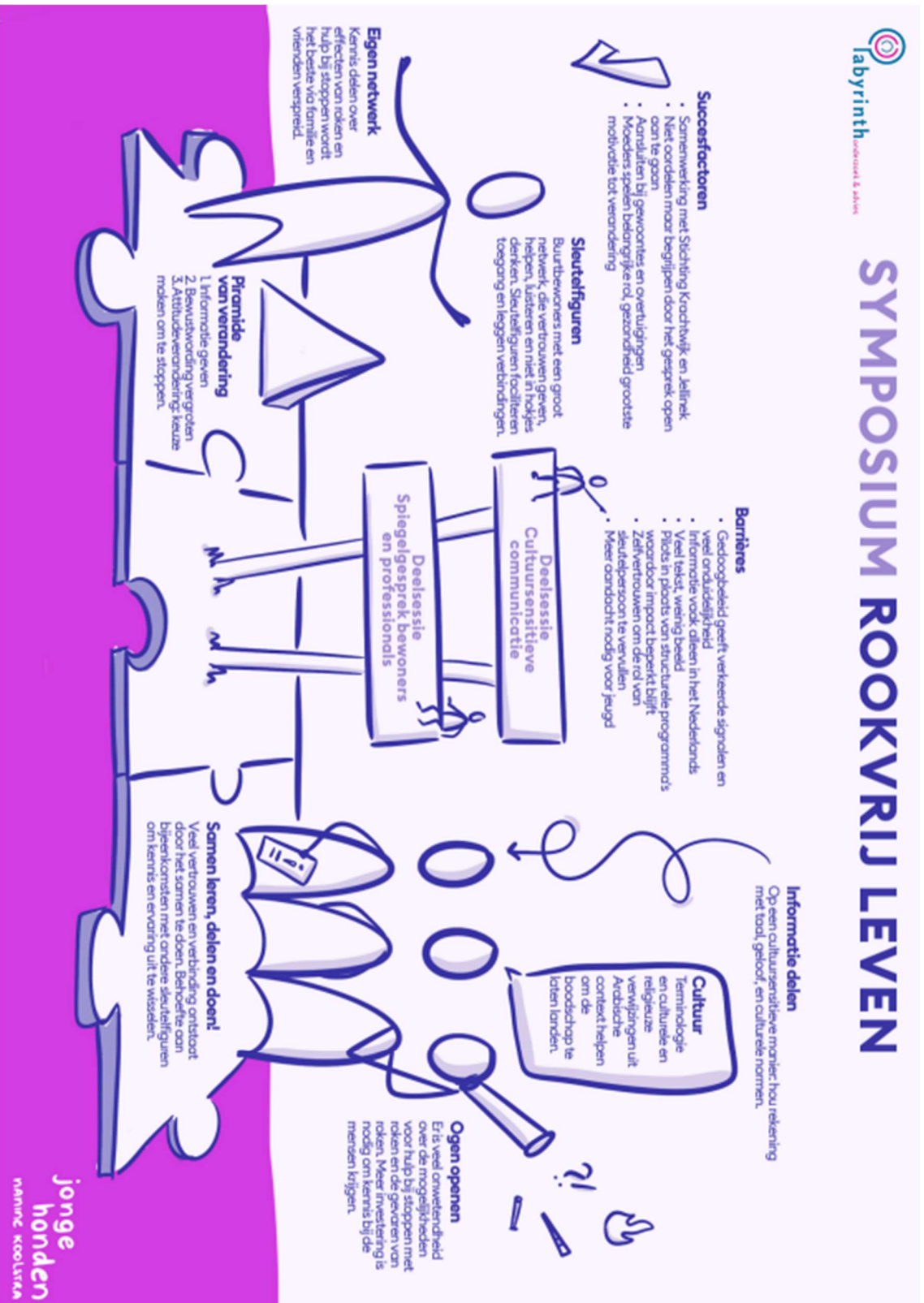
- Combineer kennisoverdracht met beleidsmaatregelen, zoals strengere regels op scholen en formele handhaving van rookvrije zones.
- Betrek sportclubs, scholen en maatschappelijke organisaties om jongeren effectief te bereiken.
- Veranker en versterk de aanpak. Monitor de deelname en effecten, en deel successen met de wijk. Hierbij kan het principe van co-creatie ook een blijvende rol in spelen.



Afbeelding 1. Toolkit Rookvrij Leven Overvecht

Ter afsluiting is ten slotte een symposium gehouden, waarin de cultuursensitieve aanpak van Rookvrij Leven Overvecht in de schijnwerpers is gezet. Hiervan is door een tekenaar een praatplaat gemaakt. Deze is te vinden in Bijlage 1.

4 Bijlage 1





Labyrinth Onderzoek & Advies

Labyrinth is een full-service onderzoeks- en adviesbureau dat bestaat uit een uitstekend op elkaar ingespeeld team van specialisten met ruime ervaring op diverse onderzoeksterreinen. Zo is Labyrinth actief binnen verschillende maatschappelijke werkvelden, zoals diversiteit, migratie, integratie, leefbaarheid, sociale veiligheid, wonen, zorg & welzijn, arbeidsmarkt en jeugd. Labyrinth weet hierbij als geen ander iedereen te bereiken, ongeacht taal, achtergrond en sociaaleconomische status. Niet praten óver hen, maar mét hen, is daarbij de visie.