

VBA+

Very Brief Advice Plus

Bewezen effectieve stoppen-met-rokeninterventie in 3 stappen

Vraag – Vertel – Verwijs warm

Scan de QR-code om meer te lezen over het VBA+

trimbos.nl/vbaplus



- ✓ **Vraag naar rookstatus:** “Rookt u (nog)?”
- ✓ **Vertel dat professionele hulp en evt. medicatie het meest effectief is:** “Mocht u willen stoppen, dan gaat dat het beste met professionele begeleiding en evt. pleisters of andere medicatie. Het is gratis. Zou u dit willen?”

✓ **Verwijs warm**

Bij interesse of twijfel: “Mag ik uw gegevens delen met een stoppen-met-rokenbegeleider om een afspraak in te plannen?” Plan direct een afspraak binnen de eigen organisatie, in de huisartsenpraktijk, of bij een begeleider in de buurt (zie ikstopnu.nl/buurt).

Bij geen interesse: “Vindt u het goed als ik er later op terug kom?”



Gebruik de keuzehulp om uit te zoeken welke soort begeleiding past (zie ikstopnu.nl/keuzehulp).