

## **Rookvrij aan het werk**

### **Roken brengt de gezondheid ernstige schade toe**

Deze zin staat op alle tabaksproducten vermeld en niet ten onrechte. Tabaksrook bevat ruim 40 kankerverwekkende stoffen en heeft een schadelijke werking op het zenuwstelsel, de luchtwegen, het afweersysteem, het hart- en vaatstelsel alsmede op het ongeboren kind.

Jaarlijks overlijden er veel mensen aan de gevolgen van roken, waarvan een percentage door het **inademen van andermans rook**.

Naast een gevaar voor de gezondheid is tabaksrook ook hinderlijk en een bron van ongemak. Tabaksrook kan leiden tot irritatie aan de ogen en de luchtwegen, hoofdpijn, misselijkheid, duizeligheid, concentratiestoornissen en afnemende reuk en smaak.

De klachten van mensen met aandoeningen aan de luchtwegen, zoals astma, worden door tabaksrook verergerd.

Niet roken levert onder meer de volgende voordelen op:

- Betere gezondheid
- Beter concentratievermogen
- Geen hinder voor collega's
- Schone en frisse werkruimten

### **Roken op het werk**

Een niet-roker die 40 uur per week in een doorsnee kamer doorbrengt met een gemiddelde roker, krijgt een hoeveelheid schadelijke stoffen binnen welke gelijk is aan **vijf** sigaretten per dag.

Acht uur per dag in de rook zitten is dus niet acceptabel, zeker niet als u zelf een niet-roker bent. Tweederde van de mensen is niet-roker!!

Een bedrijf behoort daarom maatregelen te treffen om rookoverlast te voorkomen. Een werkgever moet zorgdragen voor een veilige en gezonde werkplek voor de werknemer. De gezondheid van werknemers mag niet geschaad worden door tabaksrook

Steeds meer bedrijven nemen maatregelen om het roken op de werkplek te beperken. Zo mag bijvoorbeeld bij diensten vallend onder de Landsoverheid helemaal niet gerookt worden.

Als u op uw werkplek last heeft van tabaksrook en bestaan er binnen uw bedrijf nog géén huisregels betreffende het roken op het werk, dan wordt geadviseerd contact op te nemen met ARBO CONSULT.

ARBO CONSULT zal trachten samen met de werkgever tot een passend rookbeleid te komen

### **Geen last voor de collega's**

Stoppen met roken heeft tot resultaat een betere gezondheid, optimalere fitheid, een gezonder uiterlijk, minder hoesten, meer reuk- en smaakvermogen, meer zelfrespect, minder stank, minder verwisting van geld aan sigaretten en tenslotte vooral geen overlast voor de collega's op het werk.