

Aanbod begeleiding bij stoppen met roken

Persoonlijke fysieke begeleiding

- **SMR-coach** uit de huisartsenpraktijk
- Coaching op locatie vanuit **SineFuma: Rookvrij! Ook jij?**
- Coaching op locatie (Amstelveen) vanuit **Psymind**

Persoonlijke online begeleiding

- Zelfhulpmodule **Evie** via de huisarts, praktijkondersteuner of SMR-coach
- Online cursus en een persoonlijke weblog bijhouden via de **Stopsite**.
- Digitale coaching met videobelgesprekken en online support via **SineFuma: Rookvrij! Ook jij?**
- Digitale coaching via **Ikstopnu.nl** met videobelgesprekken en telefonische support, ontwikkeld in opdracht van het Ministerie van VWS en afgestemd met (ervarings)deskundigen.
- Zelfhulpprogramma **Jellinek Online Zelfhulp** met de mogelijkheid voor extra ondersteuning.
- Digitale coaching via **WeQuit** met videobelgesprekken en een werkboek.

Aanbod begeleiding bij stoppen met roken

Persoonlijke telefonische begeleiding

- Telefonische coaching en toegang tot SmokeFree-community en e-learning via **SmokeFree**
- Telefonische coaching bestaat uit gesprekken en support via e-mail of telefonisch via **SineFuma: Rookvrij! Ook jij?**
- Telefonische coaching bestaand uit minimaal gesprekken via **Luchtsignaal**
- Telefonische coaching via **Psymind**