

Uw kind en alcohol en roken

Klas 1

Alcohol, roken en opvoeding

- Uw kind in de 1^e klas



De laatste ontwikkelingen

- Tussen 2011 en 2015 is het aantal scholieren van 12 t/m 16 jaar dat ooit **alcohol** heeft gedronken fors gedaald van 66% naar 45%.
- Tussen 2011 en 2015 is het aantal scholieren van 12 t/m 16 jaar dat ooit **gerookt** heeft fors gedaald van 33% naar 23%.
- Campagne NIX18: het is heel normaal om tot je 18e niet te roken of alcohol te drinken.

The logo for the NIX18 campaign. It features the word "NIX" in a bold, orange, sans-serif font, followed by a stylized "18" in a yellow, outlined, sans-serif font. The "X" in "NIX" is formed by two overlapping orange shapes.

NIET ROKEN - NIET DRINKEN

Jongeren en alcohol

- Startleeftijd alcohol is laatste jaren omhoog gegaan
- Meer ouders die het niet goed vinden dat kind onder de 18 drinkt

.....complimenten voor de ouders!



Jongeren en alcohol

Wie heeft al afspraken gemaakt met hun kind over alcohol en roken?

- Wat voor afspraken?
-

Jongeren en alcohol

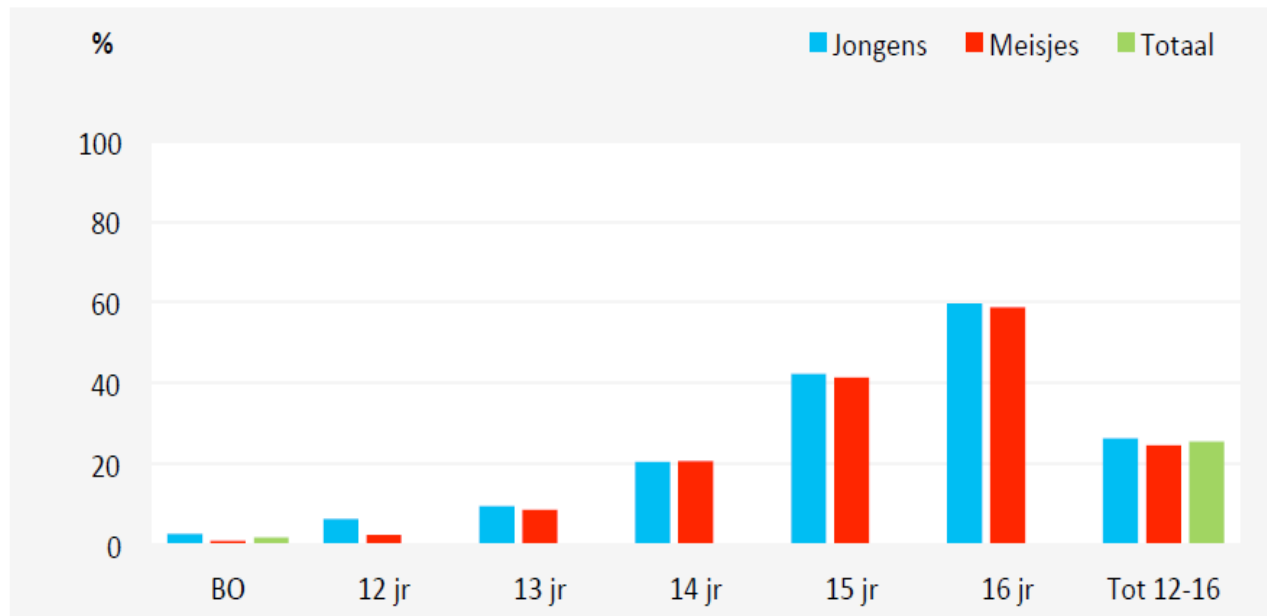
Nederlandse jongeren drinken:

- ...te vroeg
- ...te vaak
- ...te veel



Te vroeg en te vaak

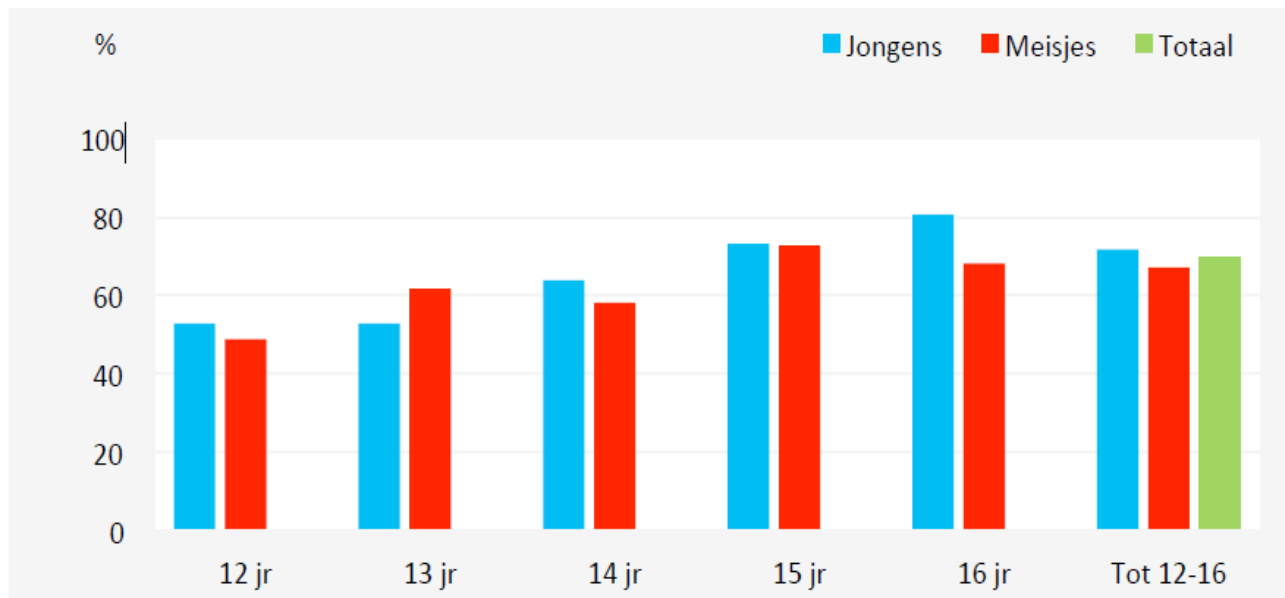
Figuur 4.2: Maandprevalentie van alcoholgebruik, basisonderwijs naar geslacht en voortgezet onderwijs naar leeftijd en geslacht (%)



Te veel

Figuur 4.9: Scholieren die alcohol drinken (in de afgelopen maand).

Maandprevalentie van binge drinken (5 of meer glazen bij één gelegenheid), naar leeftijd en geslacht (%)



Gevolgen van op jonge leeftijd drinken

Jongeren die jong al wekelijks drinken hebben een grotere kans op:

- latere alcoholverslaving
- kans op veranderingen in de hersenen
- agressie, onveilig rijden
- alcoholvergiftiging
- slechte schoolprestaties en uitval



Gevolgen alcohol

- Jongeren zijn niet echt gevoelig voor de boodschap over hersenschade
- Zij zijn gevoeliger voor de gevolgen op korte termijn:
 - Voor schut staan omdat je dronken bent
 - Gênante foto's op social media
 - Dingen doen waar je achteraf spijt van hebt

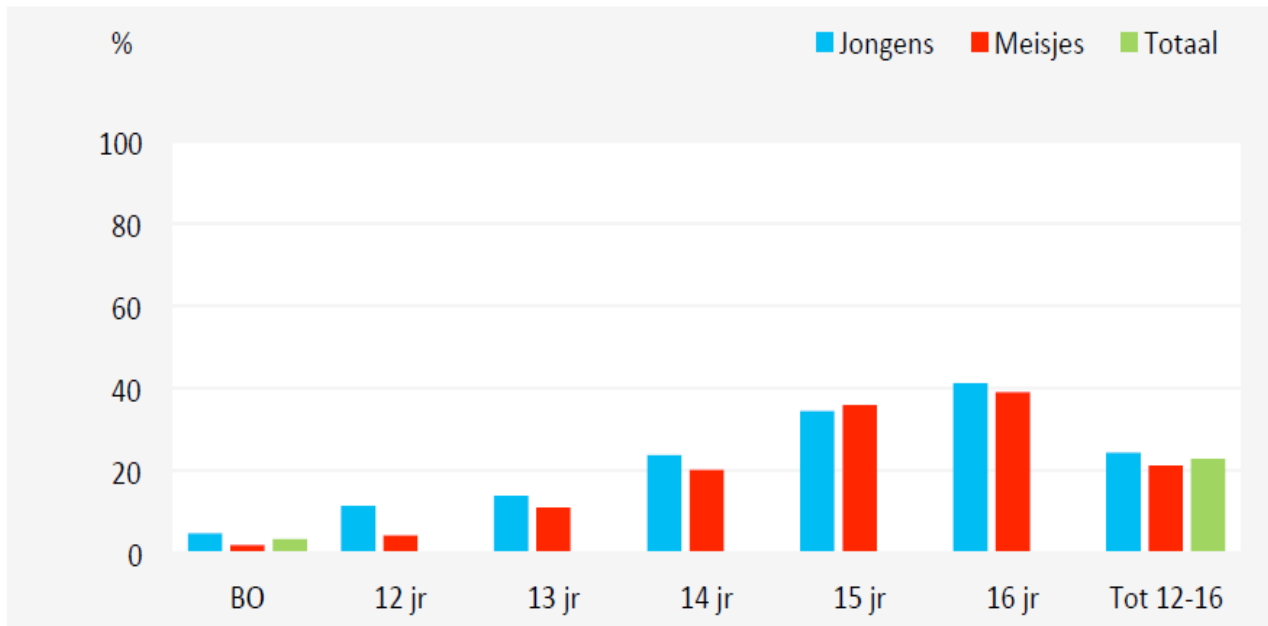


Roken



Roken

Figuur 3.1: Lifetime-prevalentie van roken, basisonderwijs naar geslacht en voortgezet onderwijs naar leeftijd en geslacht (%)



Bron: Jeugd en Riskant gedrag 2015

Jongeren en roken

- De gemiddelde startleeftijd is 12,9 jaar
- Na 16 jaar beginnen jongeren niet meer snel meer met roken



Risico's roken

- Verslaving
- Kanker
- Hart- en vaatziekten
- Slechte conditie
- Bruine vingers
- Gele tanden
- Stinkende adem



Risico's meerooken

- Meerooken: ongewild inademen van tabaksrook
 - Risico's:
 - irritatie aan ogen, neus, keel
 - Misselijkheid, hoofdpijn
 - Longziektes
-

Duidelijk advies

- NIX18: Niet roken, niet drinken tot 18 jaar.



Ouders

Ouders hebben grote invloed op het gedrag en de opvattingen van hun kinderen....

(ook al ervaren ouders dat niet altijd zo)



Stelling 1

“Als ik zelf rook, kan ik mijn kinderen dat niet verbieden.”

Onderzoek:

Ook ouders die roken kunnen effectief het roken van hun kinderen beperken

Stelling 2

"Als ik mijn kinderen verbied alcohol te drinken, gaan ze zich tegen mij verzetten."

Onderzoek

Kinderen hechten aan heldere regels. Bij heldere regels niet meer ruzie.

Wat kunt u doen?

- Maak duidelijke afspraken samen met uw kind
- NIX18: niet roken en drinken tot 18 jaar
- Weet wat uw kind doet
- Actie vooraf in plaats van reactie achteraf
- Blijf in gesprek



Regels en volhouden

- Het kan lastig zijn om als individuele ouder regels te stellen, als ouders van vrienden en vriendinnen dit niet doen.
- Ons advies is: maak SAMEN afspraken voor dit jaar!



Samenvatting

- Als ouders heeft u invloed op het gedrag van uw kind
- NIX18: Niet roken en drinken tot 18 jaar
- Stel heldere grenzen
- Maak samen met andere ouders afspraken hierover

The logo for NIX18 features the word "NIX" in a solid orange font and "18" in a yellow outline font. The "X" is formed by two overlapping shapes: an orange one and a yellow one.

NIEUW ROKEN - NIET DRINKEN

Denk na joh!



Zonder drank kom je niet los

DENK NA JOH!

Laat je niet gek maken, voor een leuk feestje hoef je jezelf niet helemaal kapot te drinken. Laat staan elke keer. Zonder drank ben je veel scherper, slimmer, liever en knapper dan je in je meest dronken bui zou kunnen bedenken. Alcohol maakt je niet beter, je bent er alleen maar slechter mee af. Ken de gevaren en informeer jezelf op DENKNAJOH.NL



Facebook profile for **DENK NA JOH** (@denknajoh). The page includes a cover photo, a profile picture with the 'DENK NA JOH!' logo, and a bio. Navigation tabs for 'Pagina', 'Activiteit', and 'Statistieken' are visible. A blue button says 'Bericht versturen'. Below are icons for 'Publiceren', 'Foto', 'Promoten', and 'Pagina bewerken'. At the bottom, it says 'Non-profitorganisatie'.



Meer weten over denknajoh? Kijk op internet, Facebook of download de screeningsapp.

De gezonde school en genotmiddelen



Meer info op:

- www.hoepakjijdataan.nl
- www.pratenmetuwkind.nl
- www.uwkindenalcohol.nl
- www.uwkindenroken.nl
- www.rookvrijopgroeien.nl
- www.puberenco.nl



Deze presentatie is onderdeel van
het preventieprogramma *De gezonde school en genotmiddelen*, zie www.dgsg.nl.

Bedankt voor uw aandacht!

Youz

Baan 176, 3011 CG in Rotterdam

088-230 30 30

preventie@youz.nl
