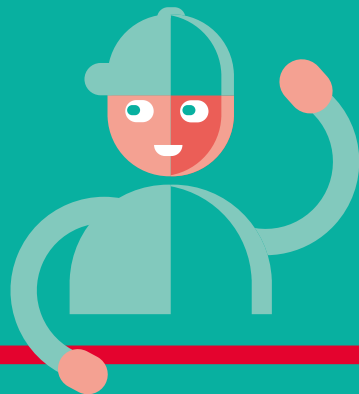


**IS HET GEBRUIK  
VAN ALCOHOL,  
TABAK EN DRUGS  
GEVAARLIJK?**



# **JOUW KIND EN ALCOHOL, TABAK EN DRUGS**



**WAT KAN  
JIJ DOEN?**

# IS HET GEBRUIK VAN ALCOHOL, TABAK EN DRUGS GEVAARLIJK?

**JA**, voor jongeren heeft het gebruik van alcohol, tabak en drugs extra gevaren.

- Het is **slecht voor hun gezondheid** en voor hun ontwikkeling.
- Je kind kan **problemen op school** krijgen.
- Of je kind kan bijvoorbeeld een **ongeluk** krijgen.
- Begint je kind al jong met alcohol, tabak of drugs? Dan is de kans op **verslaving** ook groter.

## WAT KAN JIJ DOEN?

### WEBSITES

#### VOOR OUDERS

[www.helderopvoeden.nl](http://www.helderopvoeden.nl)

#### VOOR JONGEREN

Alcohol, hasj en wiet:

[www.bekijkhetnuchter.nl](http://www.bekijkhetnuchter.nl)

Tabak:

[roken.steffie.nl](http://roken.steffie.nl)

1

#### MAAK DUIDELIJKE AFSPRAKEN

- Vertel wat je wel en niet goed vindt.
- Leg uit dat je je kind wilt beschermen.
- Vertel dat er voor jongeren andere regels zijn dan voor volwassenen.
- Spreek af wat er gebeurt als je kind zich niet aan de regels houdt.  
Bijvoorbeeld een paar dagen niet mogen gamen.  
Of een extra klusje in huis moeten doen.

2

#### GEEF JE KIND GEEN ALCOHOL, TABAK OF DRUGS

- Ook niet een keer op een feestje.
- Zorg dat je duidelijk bent.

Wil je meer tips?  
Scan deze code:

