

Fris op school: Nieuwsbrief voor ouders

Maart 2021

Fris op School

'Fris op school' is een project in de gemeente Zaanstad over genotmiddelenpreventie bij jongeren. Brijder Jeugd en GGD Zaanstreek-Waterland maken met scholen een plan om hier in het onderwijs structureel mee aan de slag te gaan. Samen met verschillende partners, zoals Halt en Straathoekwerk. In 2019 is dit project gestart op alle voortgezet onderwijs scholen. Door de maatregelen rondom het Coronavirus konden veel activiteiten helaas niet doorgaan. Gelukkig kan een aantal interventies, met kleine aanpassingen toch plaatsvinden.

Vragen, opmerkingen of tips? Neem gerust contact met ons op.



Celeste Bik

Wij zijn bereikbaar voor overleg, (video)gesprekken en advies.

Mathilde Wicherink / Dianne van der Lans, Adviseurs Gezondheidsbevordering, GGD Zaanstreek-Waterland:
mwicherink@ggdzw.nl / dvanderlans@ggdzw.nl

Celeste Bik, Preventiedeskundige, Brijder Jeugd:
celeste.bik@brijder.nl of 06-83295545.

Theater in de klas door Theatercollectief De Nieuwe Lichting

Theatercollectief De Nieuwe Lichting (DNL) verzorgt al bijna 20 jaar theatervoorstellingen binnen het onderwijs. Elk jaar spelen zij meer dan 100 voorstellingen voor docenten, ouders en leerlingen in heel Nederland.



In de voorstellingen van DNL wordt het publiek uitgedaagd om mee te denken over persoonlijke- of maatschappelijke thema's. De acteurs maken deze onderwerpen bespreekbaar door herkenbare situaties te spelen met veel humor. Daarna gebruiken zij de reacties van het publiek in de scènes. DNL bestudeert de verschillende onderwerpen en delen zo kennis met het publiek. Zo krijgt de kijker op een ontspannen manier inzicht in hoe zij zelf omgaan met deze situaties en de thema's die besproken worden.



Voorstellingen

Voor de thema's roken, alcohol- en drugspreventie op voorgezet onderwijs heeft DNL verschillende voorstellingen ontwikkeld.

Bij wie is dat feestje precies? - is een oudervoorstelling over hoe u open kunt praten over alcohol en blowen met uw kind. Alle jongeren krijgen in hun omgeving te maken met alcohol en (soft)drugs. Naast informatie over de gevaren van alcohol en drugs willen veel ouders vooral weten: Hoe pak ik dat nu thuis aan met mijn kind? Hoe stel ik grenzen en voorkom ik ruzies? Deze voorstelling geeft inzicht en advies over hoe te handelen in bepaalde situaties.

Wanna go out? – is een interactieve jongeren voorstelling over een hechte vriendschap tussen Jordi, Simon, Chantal en Lisette. Feestjes met alcohol en drugs zijn belangrijk in hun leven. Het verhaal gaat over samen stiekem drinken, blowen, GHB, XTC, huisarrest, liefde, vriendschap en groepsdruk.

DNL heeft zich voor deze voorstelling laten inspireren door een krantenbericht over vier vrienden die door teveel alcohol & drugs samen in het ziekenhuis belanden. Na de voorstelling hebben de leerlingen een nabespreking met de acteurs. Op verzoek is er ook een versie van deze voorstelling die alleen over alcohol gaat.

Online ouderavond 'Opvoeden is topsport!'

In deze tijd van thuisonderwijs, heeft DNL een manier gevonden om onderwijs door te zetten. In hun online ouderavond 'Opvoeden is topsport!' laten ze de verschillende rollen zien die u als ouder speelt in de opvoeding: scheidsrechter, coach en supporter. Ze vertellen ze hoe u deze rollen het beste kunt inzetten. En op welk moment. De setting van de voorstelling is de coronatijd. Maar de onderwerpen zijn licht en gelden ook buiten de coronatijd.

Tijdens de voorstelling kunnen ouders meestemmen over welke rol zij in een bepaalde situatie op zich nemen. Zo worden zij op een interactieve manier meegenomen in de voorstelling.

Corona en genotmiddelen #skipdecoronadip

Door de coronacrisis zitten jongeren veel meer thuis. Daarmee zien we ook dat middelengebruik onder jongeren toeneemt. Waar voorheen misschien weleens wat gebruikt



werd voor de lol, gebruiken jongeren nu tegen de verveling, eenzaamheid en depressieve gevoelens. Vooral het aantal jongeren dat blowt neemt toe in deze tijd. Deze toename geldt niet alleen voor kwetsbare jongeren, maar ook voor jongeren die een goede basis hebben, met een opleiding en een stabiele thuissituatie.

Om te voorkomen dat jongeren middelen gaan gebruiken is het belangrijk dat zij wat afleiding vinden, sociale contacten onderhouden en zich richten op het positieve. Daarvoor heeft het Rode Kruis de #skipdecoronadip challenge opgezet. Deelnemers krijgen voor deze challenge een week lang elke dag een opdracht van twee psychologen van het Rode Kruis om wat positiviteit in de dag te brengen. Daarnaast geven de psychologen tips over hoe je zorgt voor een goede mentale gezondheid. Jongeren kunnen zich via [deze link](#) opgeven voor de challenge.

Maakt u zich zorgen om uw kind?

Celeste kan met u en/of uw kind in gesprek gaan. Deze gesprekken zijn gratis. Ze maakt geen dossier van uw gezin. Heeft u vragen of wilt u een afspraak maken? Neem dan contact op met Celeste Bik.

Online webinars van Brijder Jeugd

Brijder Jeugd organiseert met regelmaat webinars; een live uitzending die via de computer te volgen is over een bepaald onderwerp. De onderwerpen die de afgelopen tijd aan bod zijn gekomen zijn onder andere: gamen, blowen, signaleren van gebruik en in gesprek gaan met uw kind. Alle webinars zijn terug te kijken via de [website](#).