

## Fris op school: Nieuwsbrief voor ouders

Februari 2020



### Project Fris op School

Wij, Brijder Jeugd en de GGD Zaanstreek-Waterland, hebben financiering gekregen van de gemeente om in te zetten op genotmiddelenpreventie in Zaanstad. Hoe zorgen we ervoor dat jongeren in Zaanstad gezond opgroeien en onder de 18 jaar geen alcohol drinken, blowen of roken? En wat kunnen de ouders hierin betekenen? In samenwerking met verschillende partners, zoals Halt, Straathoekwerk en de jeugdteams kijken we wat er speelt en bieden we hulp aan, aan ouders en jongeren die dat nodig hebben. Vragen? Neem gerust contact op!



*Celeste bik*

GGD Zaanstreek-Waterland, [gb@ggdzw.nl](mailto:gb@ggdzw.nl) of  
Celeste Bik, preventiedeskundige van Brijder Jeugd:  
[celeste.bik@brijder.nl](mailto:celeste.bik@brijder.nl) of 06-83295545

### Cannabis

Hasj en Wiet komt voort uit de Henneplant. De gecombineerde naam is Cannabis. De hars die zich op deze plant bevindt bevat THC, de werkzame stof in Hasj en Wiet.

Cannabis wordt vaak gerookt bij gebruik. Ook wordt het wel eens gegeten in de vorm van cake of koekjes. Cannabis dient verwarmd te worden om de effecten in werking te stellen. Bij het eten van dit middel verandert het effect en de werkingsduur.

Cannabis is al lang het meest gebruikte middel onder jongeren. Bij de meeste jongeren is dit niet ontzetten risicovol, veelal experimenteren ze er wat mee en houden er daarna weer mee op. Voor sommige jongere is het echter wel problematisch.

### Hoe ga je het gesprek aan?

Ouders geven het vaak aan het lastig vinden om gebruik bespreekbaar te maken. Daarom wat tips om gesprek aangaan iets gemakkelijker te maken. Heb het bijvoorbeeld eens over wat het gebruik jouw kind eigenlijk oplevert. Door het niet alleen maar over de negatieve kanten te hebben voelt een jongere zich eerder gehoord. Daarnaast is het van belang om te weten wat het de jongere oplevert om achter te komen wat de functie van het gebruik is. Stel oprechte en open vragen, toon interesse.