



Beste ouder of opvoeder,

Vandaag gingen we in onze klas in gesprek over alcohol. Aan de hand van de gespreksmethodieken van Nognrito.

We weten dat alcohol stilaan in de leefwereld komt van onze leerlingen. Sommige leerlingen worden er misschien nieuwsgierig naar. Andere vragen zich misschien af hoe ze op een goede manier kunnen reageren wanneer ze alcohol aangeboden krijgen.

Om leerlingen hierin te ondersteunen is het belangrijk het thema preventief aan te kaarten. Als school willen we daar ons steentje aan bijdragen door onze leerlingen bewust te laten nadenken over alcohol. Zo geven we hen de juiste kennis en vaardigheden mee om gezonde keuzes te maken.

We stelden ons de volgende vragen in de klas:

- Is alcohol stoer?
- Waarom is alcohol ongezond?
- Drinken mijn leeftijdsgenoten al alcohol?
- Hoe worden we beïnvloed door (sociale) media en reclame?
- En hoe kan ik reageren als ik alcohol aangeboden krijg?

Dit alles kwam aan bod aan de hand van leuke actieve oefeningen, met tijd voor reflectie.

Een gezonde omgeving is natuurlijk de beste vorm van preventie. Jij als ouder hebt daar een belangrijke rol in te spelen. Bevestig bij je kind dat niet drinken de gezondste keuze is. Zeker voor jongeren. De hersenen van jongeren zijn namelijk nog volop in ontwikkeling tot ongeveer 26 jaar, en alcohol heeft daar een negatieve invloed op.

Wil je graag meer tips over hoe je het gesprek kan aangaan over alcohol of hoe je grenzen kan stellen? Surf naar www.druglijn.be/opvoeden. Heb je zelf vragen over alcohol? Ook dan kan je terecht bij De Druglijn.

Vriendelijke groet,

VAD, De Druglijn