Overzicht materiaal voor ouders 2025

Kinderen komen vroeg of laat in aanraking met alcohol en illegale drugs. Gamen maakt veelal deel uit van de leefwereld van elk kind en bij sommigen wordt psychoactieve medicatie of gokken een thema. ***Ouders*** (en andere opvoedingsverantwoordelijken) hebben een belangrijke voorbeeldrol en kunnen doorheen de opvoeding heel wat handvatten aan hun kinderen geven om op een verantwoordelijke manier om te gaan met deze middelen. Ze kennen hun kinderen doorgaans het beste en merken vaak als eerste veranderingen in hun leven of gedrag op. Dat maakt hen tot een essentiële partner bij preventie. Of het nu gaat om het voorkomen van problemen bij kinderen of jongeren of het aanpakken van uitdagingen bij opgroeiende of volwassen kinderen**, ouders zijn belangrijke partners voor preventiewerkers, begeleiders en hulpverleners in het werken rond middelengebruik**.

In *organisaties* werken we met een systematische aanpak waar er in de organisatiebeleids-plannen of -documenten aandacht is voor regels en afspraken, educatie, zorg en belgeleiding en omgevingsinterventies. In organisaties zoals scholen of jeugdhulpvoorzieningen, maar ook vanuit lokaal beleid of organisaties binnen het welzijnswerk, is het goed om aandacht te hebben voor de opvoedende rol van ouders of andere opvoedingsfiguren. Organisaties kunnen vanuit hun specifieke rol, ouders ondersteunen in hun preventieve opvoedingsvaardigheden en in het omgaan met vragen en zorgen over middelengebruik wanneer er mogelijks al meer aan de hand is. Dit is mee een essentiële schakel om het succes van het preventieve werk te vergroten.

De nood aan ondersteuning voor gezinnen is verschillend. Afhankelijk van de ernst van de vragen of zorgen is een specifiek aanbod beschikbaar, te plaatsen op het interventiecontinuüm van preventie voor ouders van jonge kinderen tot en met hulpverlening voor ouders van kinderen die problematisch gebruiken.



Schema: de vier pijlers van een alcohol- en drugbeleid (VAD)

Tools voor preventiewerkers/begeleiders om met ouders aan de slag te gaan

Educatieve pakketten

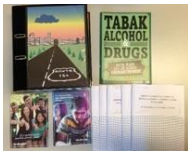
- Als kleine kinderen groot worden, **TAD**. Een interactieve vorming voor ouders van tieners (10 tot 15 jaar), ter preventie van tabak-, alcohol-, ander druggebruik bij jongeren. Centraal staat het versterken van beschermende opvoedingsvaardigheden. Volg de e-learning en ga zelf aan de slag met het materiaal.



- Als Kleine Kinderen Groot worden en **gamen**. Een interactieve vorming voor ouders van tieners ter preventie van problematisch gamen bij jongeren. Centraal staat het versterken van beschermende opvoedingsvaardigheden. Volg de e-learning en ga zelf aan de slag met het materiaal.



- **Opvoedingsondersteuning voor anderstalige ouders en ouders met een migratieachtergrond**. Verschillende methodieken en materialen die inspelen op het versterken van opvoedingsvaardigheden om tabak-, alcohol- en druggebruik bij jongeren mee uit te stellen.



Ondersteuning voor toekomstige ouders

- **Infofiche Alcohol en zwangerschap.** Een infofiche voor zorgprofessionals (huisarts, gynaecoloog, vroedvrouw, neonatoloog of drughulpverlener) die in een oogopslag informatie geeft over wat de risico's zijn van alcoholgebruik voor, tijdens en na de zwangerschap.



- **Online cursus over alcohol- en druggebruik voor, tijdens en na de zwangerschap.** Een online cursus voor zorgprofessionals (huisarts, gynaecoloog, vroedvrouw, neonatoloog of drughulpverlener) die meer informatie geeft over hoe middelengebruik voor, tijdens en na de zwangerschap bespreekbaar te maken. De online cursus is gratis beschikbaar op het VAD-vormingsplatform.



Psycho-educatief materiaal

- **De invloed van Mens, Middel en Milieu (MMM) op druggebruik en drugproblemen**. Psycho-educatief materiaal dat visuele handvatten geeft om aan ouders of andere begeleiders uit te leggen welke factoren leiden naar middelengebruik en problematisch gebruik.



- **Waarom is een verslaving moeilijk te doorbreken? – Twee systemen in één hoofd**. Psycho-educatieve brochure die visueel uitlegt aan ouders of andere naastbetrokken hoe ons gedrag gestuurd wordt door twee systemen (automatisch en bewust). En waarom het misloopt bij een verslaving.



Kadermethodiek voor de Huizen van het Kind:

- **Elk Gezin Gezond**: Is een piloottraject voor Huizen van het Kind over het werken rond gezondheid op een proportioneel universele manier. Alle materialen en inspiratie over alcohol en drugs ontwikkeld tijdens het piloottraject zijn hier te raadplegen.



Educatieve materialen voor ouders

Naar ouders van jonge kinderen en tieners



- **Als kleine kinderen groot worden**: Een handige gids over **alcohol, tabak en drugs** voor ouders van tieners



- **Als kleine kinderen groot worden en gamen**: Een handige gids over gamen voor ouders van tieners



- **Opvoeden over alcohol en andere drugs. Zo begin je eraan!** Animatie-video voor ouders, met tips over hoe om te gaan met alcohol en andere drugs, zoals cannabis.



- **Hoe hou je het gamen van je kind gezond?** Animatie-video voor ouders, met tips over hoe om te gaan met het thema gamen in de opvoeding.



- **Neemt je kind of familielid medicatie voor slaap, angst, onrust of verdriet?** Brochure voor ouders of familieleden van kinderen die psychoactieve medicatie nemen zoals slaap- en kalmeringsmiddelen, antidepressiva en antipsychotica.



- **Druglijnflyer Lachgas en Vluchtige snuifmiddelen.** Deze folder geeft een kort antwoord op een vraag over lachgas en maakt duidelijk dat je bij De Druglijn terecht kan met vragen over lachgas en andere vluchtige snuifmiddelen.



- **Mijn kind en drugs. De meest gestelde vragen**. Deze folder biedt een antwoord op enkele veel gestelde vragen omtrent 'mijn kind en drugs'.



- **Drugs en urinetesting.** Een folder voor ouders met informatie over urinetesting.

- Op www.druglijn.be: Twee pagina's uitgewerkt met specifieke informatie en advies voor ouders:
  - Alcohol, drugs en opvoeden
  - Je kind heeft een probleem

Naar anderstalige ouders en met een migratieachtergrond

- **Tieners opvoeden over alcohol, roken en cannabis** is een brochure met opvoedingsondersteuning voor ouders met een migratieachtergrond. De brochure is beschikbaar in het Nederlands, Frans, Engels, Arabisch en Turks



- **Tabak, alcohol en andere drugs in België**. Een brochure voor ouders met een migratieachtergrond over de effecten, risico's en wetgeving van tabak, alcohol, medicatie, cannabis, speed & cocaïne, energiedranken en gokken. De brochure is beschikbaar in Nederlands, Frans, Engels, Arabisch, Turks, Roemeens, Russisch, Pasjtoe, Pools, Albanees, Somalisch en Farsi.



Naar ouders van studenten

- **Oudersvanstudenten.druglijn.be**: Ook bij studenten blijven de meningen en verwachtingen van ouders een belangrijk referentiekader wanneer het gaat over alcohol en andere drugs. Via een website met veel filmpjes en interactieve tools wordt aan ouders info gegeven over hoe ze die rol kunnen opnemen. Met de postkaart kan de website bekend gemaakt worden.



Naar toekomstige ouders

- Drink geen alcohol tijdens de zwangerschap: is een preventiefilmpje gemaakt op initiatief van het Vlaams Expertisenetwerk Perinatale Mentale Gezondheid en De Druglijn. De video roept op om vragen en bezorgdheden te bespreken met een zorgverlener of met De Druglijn.



- **De mooiste start begint met een stop. Wat met alcohol voor, tijdens en na de zwangerschap?** Een folder (en affiche) met informatie en tips over alcohol, voor koppels met een kinderwens, die zwanger zijn, of in de borstvoedingsperiode zitten.

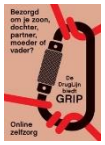


- **Alcohol, tabak en drugs tijdens de zwangerschap**. Een folder met informatie en tips over alcohol, voor koppels met een kinderwens, die zwanger zijn, of in de borstvoedingsperiode zitten.



Zorg- en begeleidingstool voor ouders

- **GRIP voor ouders**: online tool op de website van De Druglijn bedoeld voor ouders van kinderen met een afhankelijkheidsprobleem. Een gelijkaardige tool is ook beschikbaar voor de kinderen en voor partners. Maak GRIP bekend met de bekendmakingsflyer.



- **Game(L)over.** is een online vroeginterventietool, gericht op jongeren die riskant of beginnend problematisch gamen, én hun ouders. We willen vroegtijdig interveniëren opdat het gedrag niet escaleert en gamen leuk kan blijven. Om dat doel te bereiken, is het zeer belangrijk



ook de ouders te ondersteunen. Je kan Game(L)over mee bekend maken via de bekendmakingsflyer of de drie bekendmakingsvideo's.

- **Recht op antwoord. Informatie voor ouders.** Heldere en eenvoudige antwoorden op de meest gestelde juridische vragen van ouders met kinderen die drugs gebruiken.



- **Bezorgd over gokken?** Een brochure over gokken, zowel voor de mensen die zelf meedoen aan kansspelen, als voor ouders en andere naastbestaanden.



- **Zelfhulpboekje voor ouders van gebruikende kinderen**. Zelfhulpboekje dat ondersteuning biedt bij de vele vragen waar ouders van jongeren met een alcohol- en/of drugprobleem mee zitten.



- **Iemand steunen bij het stoppen met drank, drugs, pillen en gokken.** Brochure die ouders of andere naastbestaanden basisadvies en een houvast geven.



- In de **doorverwijsgids** staan de contactgegevens van het lokale vroeginterventie- en hulpverleningsaanbod, indien het nodig is om een leerling door te verwijzen naar gespecialiseerde hulp.

Omgevingsinterventies binnen het gezin

- Inspiratietool omgevingsinterventies - online tool waar je via de zoekfunctie met de zoekterm 'gezin' concreet toepasbare omgevingsinterventies voor ouders kan ontdekken.

- De kracht van omgevingsinterventies – document dat meer inzicht geeft in omgevingsgerichte preventie en het belang en de impact van omgevingsinterventies toelicht.



Al dit materiaal is te **bestellen** en/of te downloaden via vad.be/catalogus.

Voor **advies en consult, vorming en coaching bij het uitwerken van een alcohol- en drugbeleid** kan je terecht bij de **regionale CGG-preventiewerkers tabak, alcohol en drugs.**

Voor meer **informatie over de materialen of ondersteuning** kan je terecht bij **Gezondheidsmakers en Gezond in Brussel**.

Op **Preventiemethodieken.be** vind je ondersteunende materialen en methodieken over andere gezondheidsthema's.

Contacteer **De Druglijn** voor **alle vragen over drank, drugs, pillen, gamen en gokken**. Voor **informatie, een eerste advies of voor adressen voor hulp en preventie**. Anoniem, zonder taboe en zonder oordeel. Bel 078 15 10 20 Maandag tot vrijdag, van 10u tot 20u. (niet op feestdagen) Mail of chat op www.druglijn.be Je ontvangt steeds een antwoord op maat.

Colofon:

Contactpersoon: Hanna Peeters, stafmedewerker VAD
Lay-out: VAD
V.U.: H. Peuskens, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel - ©2025|
Ondernemingsnummer: 0424.327.587. | RPR Brussel
VAD, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
T 02 423 03 33 | vad@vad.be | www.vad.be