

# Als ouder heb je meer invloed dan je denkt



# Contact!



Praat over allerlei zaken die belangrijk voor hen zijn, toon belangstelling voor grote en kleine gebeurtenissen in hun leven

# Stel grenzen!

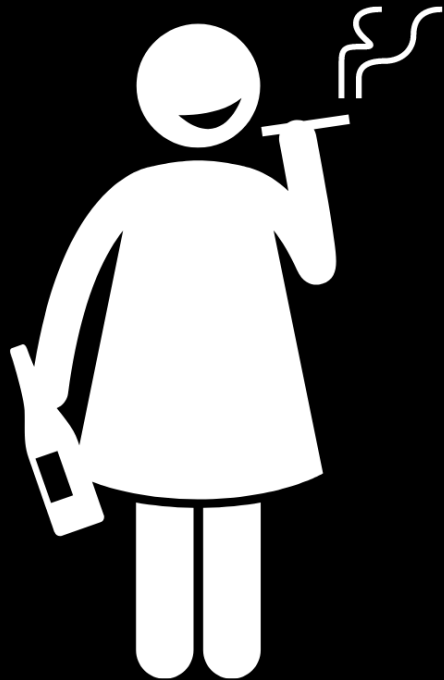


Als ouders regels stellen:

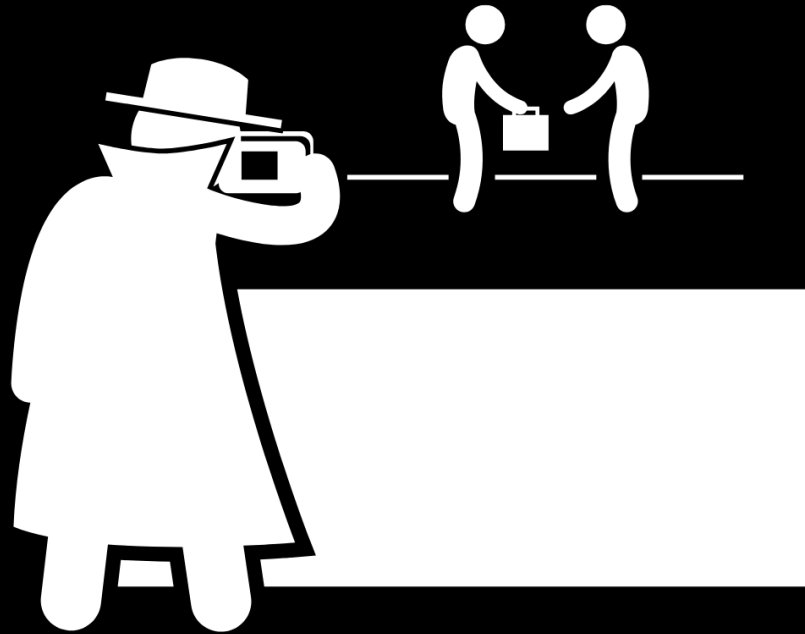
Beginnen kinderen later met drinken

Drinken kinderen minder alcohol als ze drinken

# Ben je bewust van je voorbeeldfunctie



# Weet wat je kind doet



...weet waar ze zich mee bezig houden, wie hun vrienden zijn, met wie ze uitgaan, wat ze doen, hoe zo'n avond er uit zien, hoe ze thuis komen etc.

# Praat erover met andere ouders



# Wat als je kind toch gedronken heeft?



Benoem de signalen en  
vertrouw op je intuïtie



Blijf vasthouden aan de afspraken  
en consequenties



Sta stil waarom het niet gelukt is en  
hoe je het de volgende keer kunt voorkomen!

# Uitgangspunten en afspraken ...als je kind al drinkt



Alleen in het weekend



Schenk geen alcohol thuis, geen sterke drank



Maak praktische afspraken



# WAT ZIJN DE DE RISICO'S VAN ALCOHOL VOOR JONGEREN?

Door ontremming meer kans op agressie, ongelukken en onveilig rijden.



Meer kans op verslaving

Veel alcohol drinken kan leiden tot een black-out



Verstoring van de ontwikkeling van de hersenen

Jongeren kunnen in coma raken (alcoholvergiftiging) als ze in korte tijd veel alcohol drinken



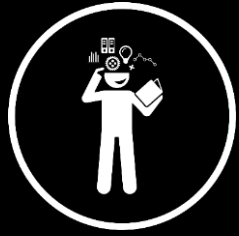
Ernstige schade aan lever, hart en maag

Slechtere schoolprestaties of zelfs schooluitval



Meer kans op kanker

# Wat kun je als ouder doen?



Kennis van drugs



Bespreekbaar maken



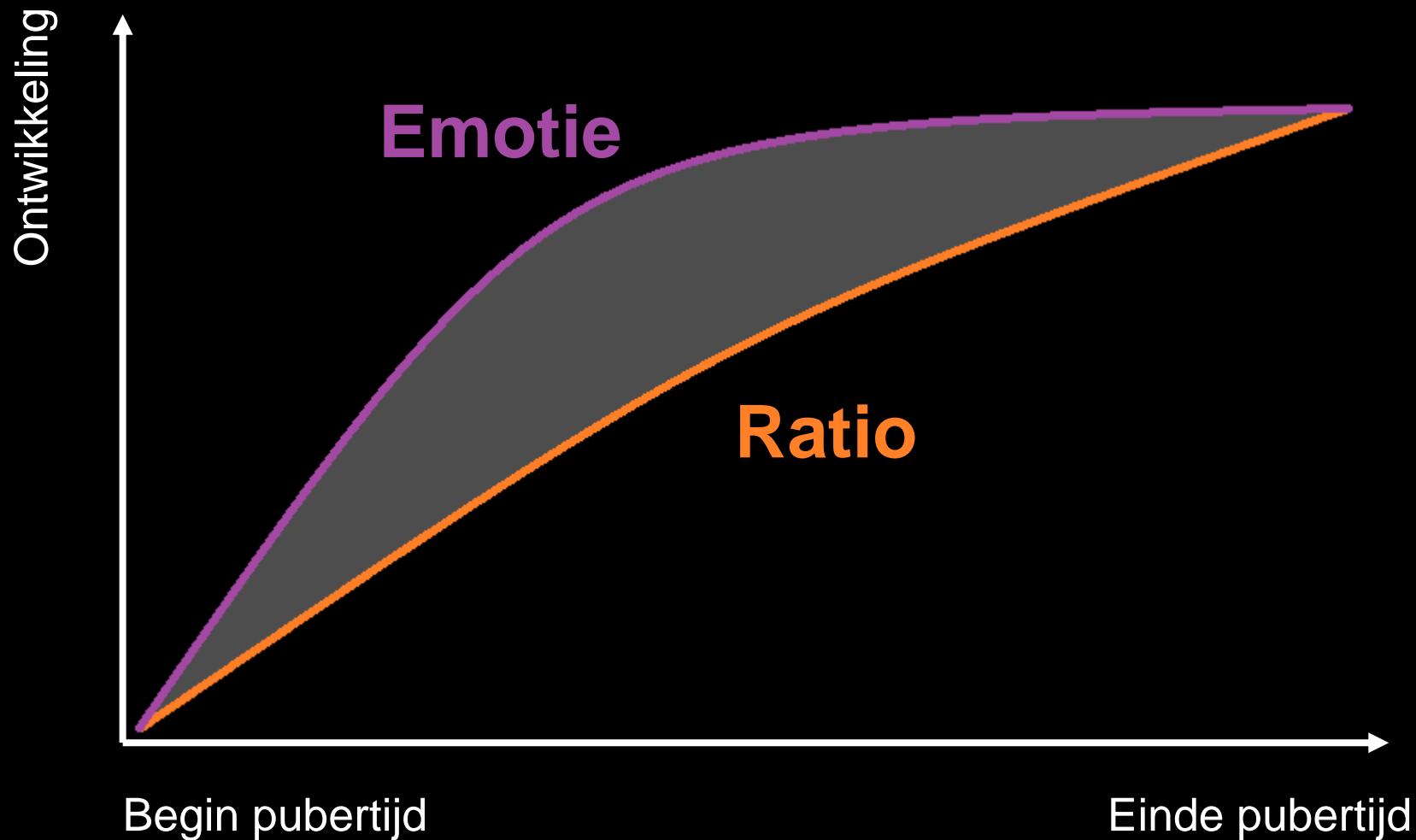
Grenzen stellen



Houd contact



# Ontwikkeling hersenen



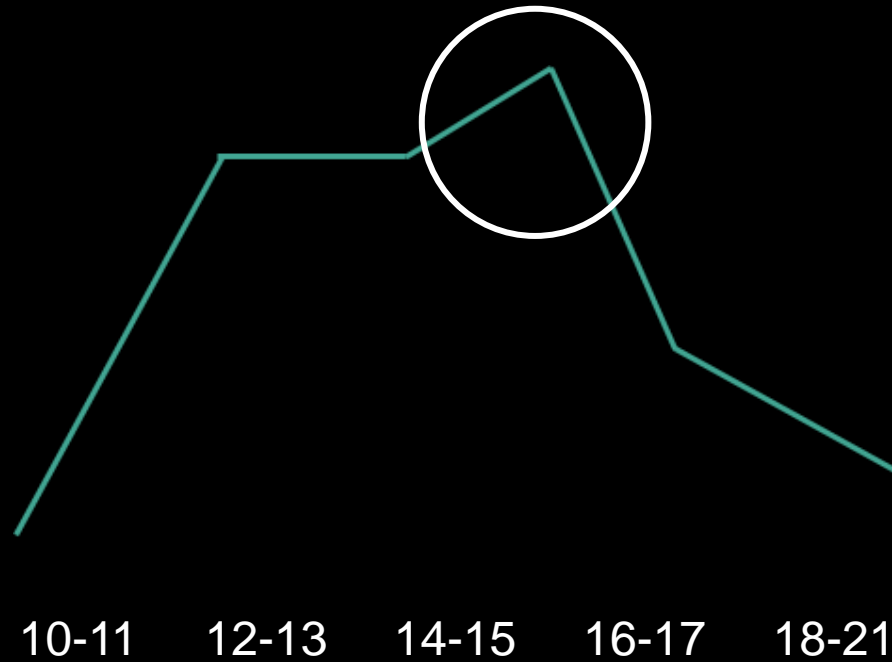
# Pubergedrag



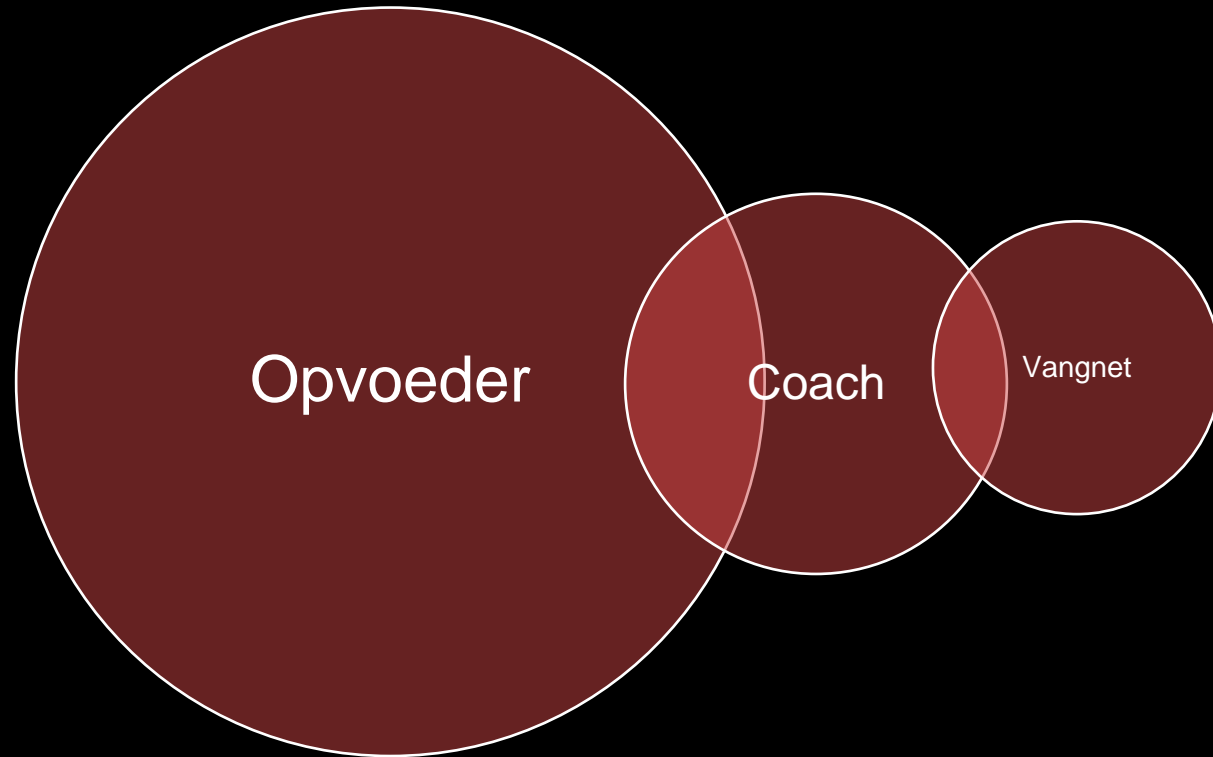
Risico zoekend gedrag



Risico mijdend gedrag



# Je rol verandert...





 **MIJN KIND  
EN ALCOHOL**

 EEN FACEBOOKGROEP VOOR OUDERS



 **MIJN KIND  
EN DRUGS**

 EEN FACEBOOKGROEP VOOR OUDERS



**VOOR HULP OF ADVIES**  
**073-689 90 90**  
**WWW.NOVADIC-KENTRON.NL**

