

HELDER
OP SCHOOL

SAMEN FRIS





Samen Fris bestaat uit een lessenserie voor leerlingen en ondersteunende informatie voor ouders/verzorgers. Samen Fris ondersteunt leerlingen en hun ouders/verzorgers om samen het gesprek aan te gaan over niet roken, alcohol drinken en/of blowen.

De lessenserie heeft als doel leerlingen bewust te maken van de risico's van roken, alcohol drinken en blowen. De lessen zetten bovendien in op een gezonde sociale norm. De ondersteunende informatie voor ouders/verzorgers bestaat uit feiten, tips en voorbeelden die ouders/verzorgers het vertrouwen moeten geven om met hun kind te praten over roken, alcohol drinken en blowen.

Voor wie?

Samen Fris is geschikt voor leerlingen in de 2^e en 3^e klas van het vmbo, havo en vwo en hun ouders/verzorgers.

Hoe ziet Samen Fris eruit?

Samen Fris bestaat uit een leerling- en een oudergedeelte.

Leerlinggedeelte

Het leerlinggedeelte bestaat uit vier lessen van één uur. Er is een lesprogramma voor praktisch onderwijs (vmbo-basis, vmbo-kader, vmbo-gl en vmbo-tl) en een voor theoretisch onderwijs (vmbo-tl, havo en vwo). De programma's besteden aandacht aan dezelfde onderwerpen, alleen de werkvormen zijn aangepast aan het type onderwijs. De lessen hebben betrekking op de risico's van roken, alcohol en drinken en blowen. Hierbij hoort een huiswerkopdracht.

Oudergedeelte

Dit lesprogramma focust zich niet alleen op de leerlingen, maar ook op hun ouders of verzorgers. Middelengebruik kan namelijk worden uitgesteld door het voeren van open constructieve gesprekken tussen ouder en kind, waarin zij duidelijke afspraken maken. Ouders/verzorgers worden betrokken bij de lessen van hun kind aan de hand van e-mails en een website. Op www.samenfris.nl staan tips voor ouders om het gesprek aan te gaan (de huiswerkopdracht) over roken, alcohol drinken en blowen. Ook krijgen ouders informatie over middelen.

Samen Fris uitvoeren?

Mocht u geïnteresseerd zijn in het lespakket, neem dan contact op met uw contactpersoon van de GGD of de regionale instelling voor verslavingszorg. Docenten krijgen een training van 2 uur van een hiervoor opgeleide preventiewerker van deze instellingen. Na deze training kan een licentie aangeschaft worden voor de digitale docentenomgeving, waarin alle lesinstructies en (leerling)materialen beschikbaar zijn voor de uitvoering van het lesprogramma. Deze licentie kost €25,-*.

Neem voor overige vragen of meer informatie contact op via helderopschool@trimbos.nl

E-mailadres:

**per 01-01-2020*

SAMEN
FRIS



Colofon

Tekst en uitgave

© 2019, Trimbos-instituut, Utrecht

Susanne Weingart

Daphne Visser

Ester Speth

Wilke Heijnen

Helder op School (voorheen: De gezonde school en genotmiddelen)

helderopschool@trimbos.nl

www.helderopschool.nl

Ontwerp en vormgeving

Canon Nederland N.V.