

SCHELDER  
OP SCHOOL

# KEUZEBAAS

LESPAKKET OVER ROKEN, ALCOHOL,  
WIET EN LACHGAS VOOR LEERJAAR 1 EN 2  
VAN HET PRAKTIJKONDERWIJS





**Keuzebaas is een lespakket voor leerlingen uit het praktijkonderwijs en hun ouder(s). Het is een lespakket voor doeners, dat de leerlingen bewust maakt van de risico's van roken, alcohol, wiet en lachgas. De leerlingen worden bovendien uitgedaagd om eigen, gezonde keuzes te maken. Centraal staat dat niet roken, niet drinken en niet gebruiken de norm is.**

### **Voor wie?**

Het lespakket *Keuzebaas* is gericht op leerlingen uit leerjaar 1 en 2 van het praktijkonderwijs en op hun ouder(s) en verzorgers.

### **Hoe ziet *Keuzebaas* eruit?**

*Keuzebaas* bestaat uit vier lessen voor leerjaar 1 en vier lessen voor leerjaar 2. De lessen duren één lesuur en bestaan uit verschillende interactieve werkvormen. In leerjaar 1 wordt ingegaan op de risico's van roken en drinken en in leerjaar 2 komen daar de risico's van het gebruik van wiet en lachgas bij. Er is ook een mogelijkheid om de e-sigaret of waterpijp toe te voegen aan het lespakket. Op verschillende manieren wordt duidelijk gemaakt dat middelengebruik op jonge leeftijd niet normaal is. En de leerlingen oefenen met het maken van gezonde keuzes. De docent krijgt toegang tot een digitale werkomgeving met alle lesmaterialen, waaronder filmpjes om in de lessen te gebruiken, een werkboekje voor de leerlingen en een kwartetspel. De docent krijgt toegang tot een digitale werkomgeving met alle lesmaterialen, waaronder filmpjes met ervaringsverhalen, een werkboekje voor de leerlingen, een kwartetspel en certificaten voor de leerlingen.

### Ook voor ouders!

Dit lespakket focust zich niet alleen op de leerlingen, maar ook op hun ouder(s). Uit onderzoek weten we dat ouders bij deze leeftijdsgroep nog veel invloed hebben en dat middelengebruik kan worden uitgesteld als hier thuis open en constructief over gepraat wordt en ouders en kinderen samen duidelijke afspraken maken. Voor ouders is er een flyer met informatie in begrijpelijke taal beschikbaar. En voor ouders die verdieping willen is er een digitaal magazine met achtergrondinformatie, ervaringen van andere ouders en tips.

### Wetenschappelijke basis

Uit onderzoek weten we dat leerlingen van het praktijkonderwijs extra risico lopen om problematisch middelengebruik te ontwikkelen. Het kunnen inschatten van de gevolgen van je gedrag is een belangrijke voorwaarde om eigen keuzes te kunnen maken. Daarom wordt in de lessen ingegaan op de gevolgen van roken, drinken en drugsgebruik. Ook besteedt *Keuzebaas* aandacht aan sociale normen en het onderzoeken van je eigen houding ten opzichte van roken, drinken en drugs.

Leerlingen van het praktijkonderwijs hebben vaak moeite met het verwerken van (verbale) informatie. Daarom biedt *Keuzebaas* kennis gedoseerd aan met visuele ondersteuning en wordt de informatie een aantal keer herhaald.

# KEUZEBAAS



### **Aan de slag met *Keuzebaas***

Meer weten over prijzen, lespakket of ouderavond? Neem contact op met je contactpersoon van de GGD of de regionale instelling voor verslavingszorg.

**E-mailadres:**

**Scan de QR** en bekijk een sneak preview van *Keuzebaas*!



Bij het lespakket hoort een training voor docenten, die wordt gegeven door een geschoolde preventieprofessional.

### **Andere vragen?**

Neem contact op met [helderopschool@trimbos.nl](mailto:helderopschool@trimbos.nl).

*Tekst en uitgave*

© 2023, Trimbos-instituut, Utrecht

Helder op School

[helderopschool@trimbos.nl](mailto:helderopschool@trimbos.nl)

[www.helderopschool.nl](http://www.helderopschool.nl)

*Ontwerp en vormgeving*

Canon Nederland N.V.