

Tussen posters en preken

Over effectieve preventie in de omgeving

Martha de Jonge

Mei 2026

 **Trimbos
instituut**

Netherlands Institute of
Mental Health and Addiction



PREVENTIE
IS
EEN VAK

Middelenpreventie – Wat is het?

1. Voorkomen en uitstellen van (eerste) gebruik van alcohol/drugs/nicotine
2. Voorkomen van problematisch gebruik, afhankelijkheid, verslaving
3. Voorkomen van sociale en gezondheidsproblemen als gevolg van gebruik
4. Ondersteunen bij minderen en stoppen met gebruik

Middelengebruik – Wat is het?



Koekjespreventie



Risicofactor

Factoren op macro niveau

Inkomen en ondersteuning

- Armoede
- Dak- en thuisloosheid
- Vluchtelingenstatus
- Kinderarbeid
- Slechte toegang tot gezondheidszorg

Sociale omgeving

- Antisociale normen, beperkte sociale controle
- Gebrek aan sociale cohesie en verbinding
- Gebrek aan sociaal kapitaal
- Conflict- of oorlogssituatie
- Sociale uitsluiting, ongelijkheid, discriminatie

Fysieke omgeving

- Verval, verlaten gebouwen, slechte huisvesting
- Ordeverstoring in de wijk
- Toegang tot alcohol, tabak, andere drugs, wapens
- Gebrek aan toegang tot gezonde voeding
- Blootstelling aan giftige stoffen
- Media

Factoren op micro niveau

Gezinsniveau

- Gebrek aan betrokkenheid en monitoring
- Emotionele of fysieke verwaarlozing
- Mishandeling of een wrede opvoeding
- Negatieve rolmodellen
- Stressvolle of chaotische leefomgeving
- Ouderlijk middelengebruik

Schoolniveau

- Slechte kwaliteit peuter- en kleuteronderwijs
- Negatief schoolklimaat
- Hoge afwezigheid op school
- Gebrek aan gezondheidsonderwijs en preventieprogramma's
- Gebrek aan naschoolse activiteiten

Leeftijdsgenoten

- Antisociale leeftijdsgenoten, rolmodellen
- Blootstelling aan alcohol, tabak, andere drugs, geweld en criminaliteit
- Gebrek aan ouderlijke monitoring van vriendschappen
- Gebruik van sociale media

Persoonlijke kenmerken

Mentale gezondheid en persoonlijke eigenschappen

- Sensatie zoekend gedrag
- Agressiviteit
- Onoplettendheid
- Impulsiviteit
- Mentale gezondheidsproblemen

Neurologische ontwikkeling

- Taalachterstand
- Cognitieve achterstanden
- Gebrekkige besluitvormings- en probleemoplossende vaardigheden

Omgang met stress

- Problemen met emotieregulatie en perceptie
- Ontregelde fysiologische reacties
- Slechte copingvaardigheden

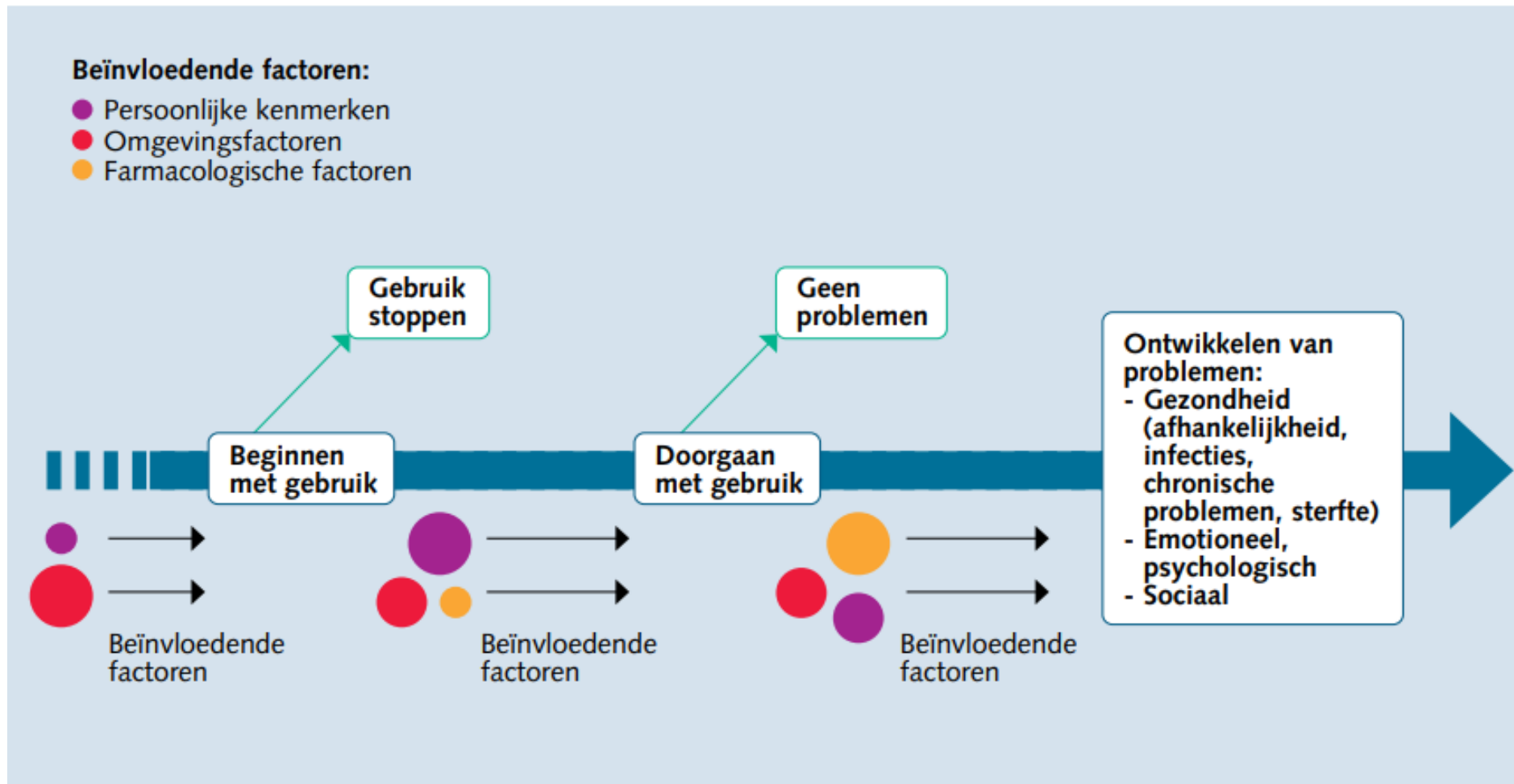
Genetische predisposities

Belangrijkste uitkomstmaten

Middelengebruik en gerelateerde problemen

- Schooluitval en slechte schoolresultaten
- Beperkte sociale vaardigheden
- Beperkte zelfregulatie
- Mentale gezondheidsproblemen
- Gebrekkige mentale gezondheid

Invloed van risicofactoren op verschillende momenten



Pijlers van Preventie

EFFECTIEVE



PREVENTIE



VOORLICHTING
EN EDUCATIE

SIGNALERING EN
ONDERSTEUNING

SOCIALE EN
FYSIEKE OMGEVING

REGELGEVING
EN HANDHAVING

Wetgeving en preventie - WHO



NIX18



SAFER

Strengthen
restrictions
on alcohol
availability

Advance &
enforce drink
driving
counter-
measures

Facilitate
access to
screening,
brief
interventions
& treatment

Enforce bans/
comprehensive
restrictions on
alcohol
advertising,
sponsorship &
promotion

Raise prices
on alcohol
through
excise taxes
& pricing
policies



Is preventie dan betutteling ?

Verkoop sigaretten verbieden vanaf

Reacties raad op plan bepaalde geboortedatum: bescherming

reclameverbod voor of betutteling

of betutteling?

02 mei 2026 07:00 @Le...



BBB tegen betutteling en nadelen voor regio's in voorstel
"Nicotinee"

Tilburg bant reclames voor vlees, gokken en alcohol uit straatbeeld

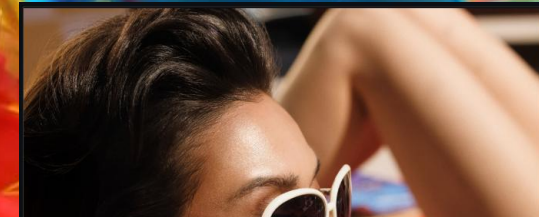
Reclame voor een Big Mac langs de weg? Dat is straks verboden in Tilburg. En Bacardi mag niet meer in bushokjes adverteren. Op de zwarte lijst voor commerciële buitenreclames staan vlees, vis, gokken, alcohol en fossiele brandstoffen. Betutteling volgens de ene politieke partij, prachtig volgens de ander.



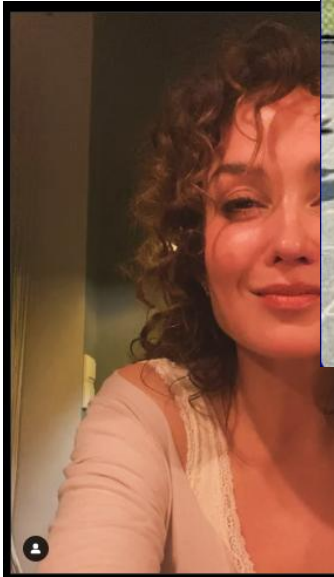
eidt
g'

'Oppassen
voor betutteling'

De fysieke omgeving is vol b



- Toegang/be
- Rolmodelle
- Reclame/m
- Online & s



Betutteling? – Nee natuurlijk niet!!!



Door de omgeving aan te passen:

- Ontmoedig je (problematisch) middelengebruik
- Maak je de gezonde keuze makkelijk en aantrekkelijk

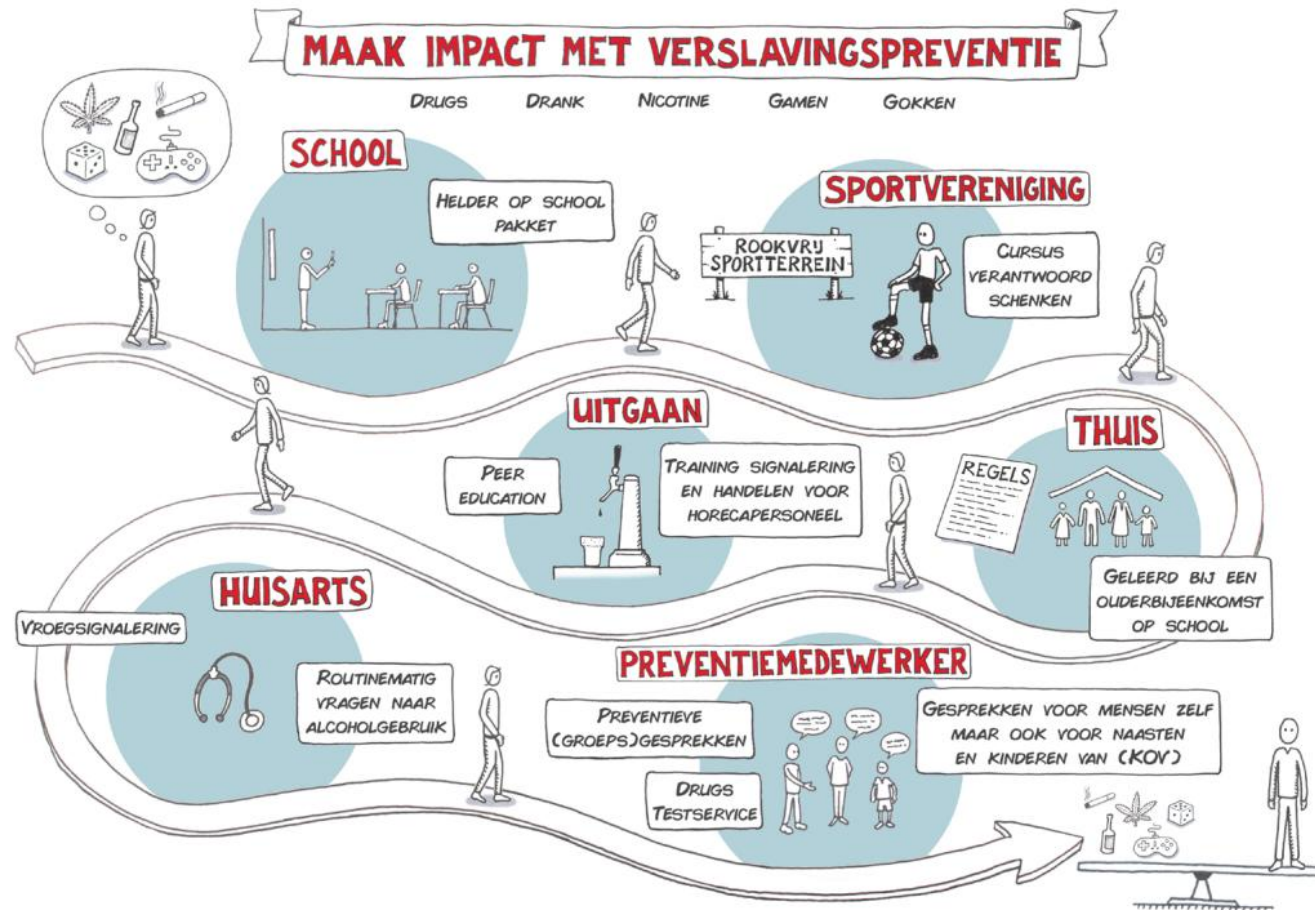


**Dat
maak ik
zelf
wel uit**

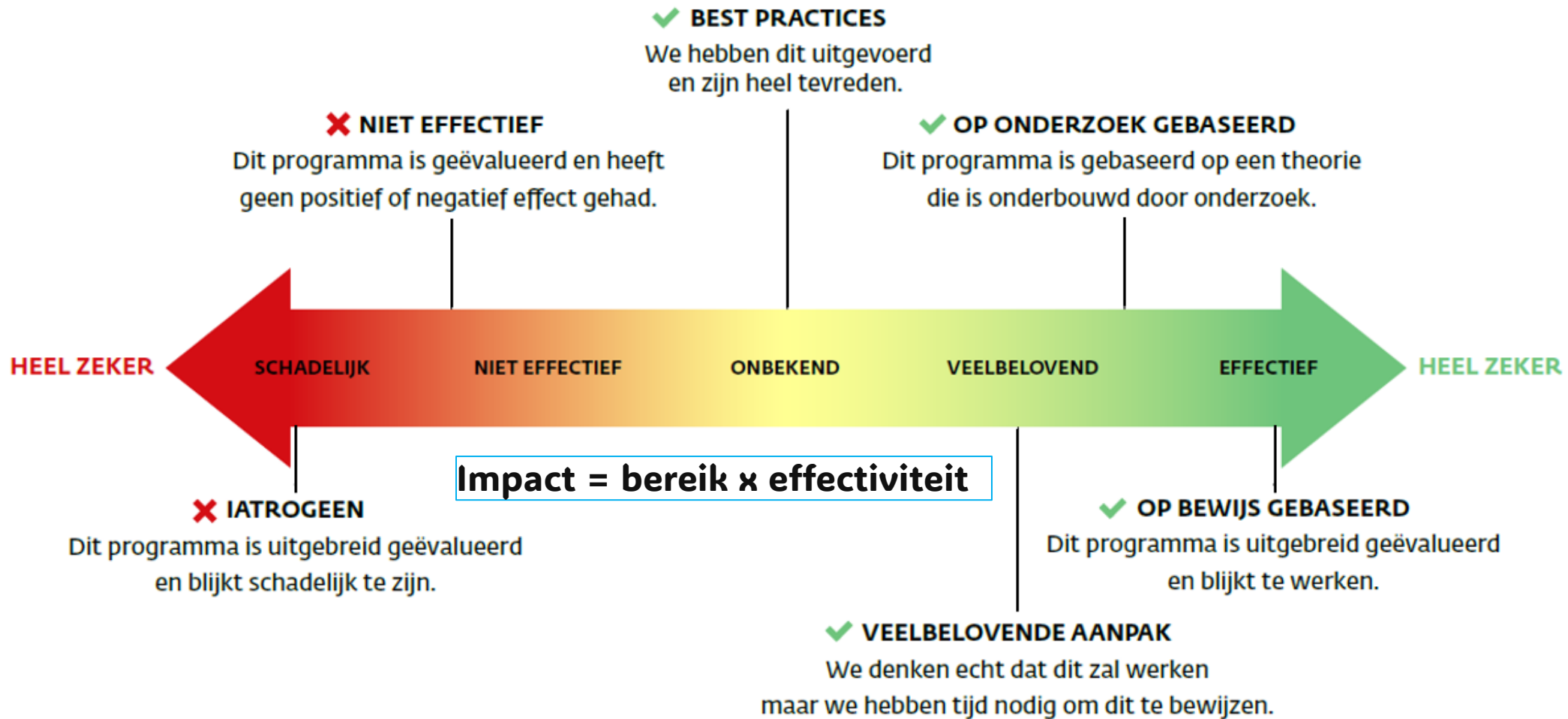
Brigit Toebes

Reflecties over
gezondheid,
vrijheid en recht

Integraal preventieaanbod



Effectiviteit in preventie



Kwaliteitsstandaarden



Richtlijn Verslavings- preventie

Annexie van Worm, Christine Speek, Anja Lemmers, Lorraine van Galbe

Netherlands Institute of Mental Health & R

Drugspreventie bij jongeren en jongvolwassenen

Effectieve interventies en andere mogelijkheden voor preventie van drugsgebruik bij jongeren en jongvolwassenen

Loketgezondleven.nl

Aanpak Gezonde Gemeente - Gezondheidsthema's - Interventies - Advies & ondersteuning

Home > Interventies zoeken

Interventies zoeken

Zoek een interventie Zoeken

Overzichten gezondheidsthema's

Alcohol Alcoholgebruik	Drugs Drugsgebruik	Gehoer Preventie van gehoorschade
Mentale gezondheid	Overgewicht	Roken

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

RIVM De zorg voor morgen begint vandaag

Onderwerpen Over RIVM Publicaties International Contact Agenda MijnRIVM

Home > Nieuws > Wat werkt: jongeren en alcohol en roken

Wat werkt: jongeren en alcohol en roken

Publicatiedatum 08-03-2019 | 09:01

Wat is nodig voor effectieve preventie?

Monitoren en onderzoeken van
bestaande programma's en
interventies



Wetenschappelijk onderbouwde
interventies en beleidsmaatregelen

Samenwerking tussen
sectoren w.o. praktijk



Vaste plek in een
overheidssysteem

Duurzaam ingezette
financiering



Getrainde
professionals

Wat ik maar wil zeggen



Bedankt voor jullie aandacht!

 **Trimbos
instituut**

Netherlands Institute of
Mental Health and Addiction

www.trimbos.nl

mjonge@trimbos.nl



**Basistraining
Middelenpreventie |
European
Prevention
Curriculum**



EUPC