

## Het begin

Het begin: vanaf wanneer is middelengebruik normaal?

Niet ineens, maar langzaam, bijna ongemerkt, stukje bij beetje,  
via de omgeving, vereniging, op school, misschien zelfs in het klaslokaal,  
of drinkend en rokende mensen op je eigen verjaardagsfeestje,  
vooral op momenten waarop niemand zegt: *dit is het begin*.

Het begint bij alcohol, bij nicotine. Bij wat we “normaal” noemen.

Goudgele rakker, genotsmiddel, toverdrank of spraakwater,  
kinderen primen alcohol te drinken, voor nu nog zonder kater.  
Voor nu kinderchampagne, een wijnglas gevuld met druivensap,  
“Een slokje om te proeven” en gezamenlijk proosten op beterschap.

Heel normaal, ik laat me niet beletten, papa en mama doen het ook,  
gekker zijn chocolade sigaretten, met op koude dagen uit de mond een pluim rook.  
Niet verboden, toch voelt dat al heel verkeerd.  
oud gedaan, wordt door jong geleerd.  
Je leert niet wat er wordt gezegd, je leert van wat je ziet,  
influencers met alcohol op je feed.

De middelbare school, jezelf ontdekken, midden in de puberteit,  
groeien als kool, nieuwe plekken, nieuwsgierigheid die je verleid.  
Grenzen opzoeken, maar weet je dan al wat die zijn?  
Groepsdruk als stoorzender in een nog ontwikkelend brein.  
Contact met vrienden, via snapchat, klinkt normaal,  
om toegevoegd te worden door een dealer, met vapes in het verhaal.  
Promoten is korting, wie wil dat niet?  
Geronseld door het criminele circuit.  
Blijft niet bij vapes, zoveel meer om in te kopen,  
Op fatsoenlijke bescherming kunnen we alleen maar hopen.

**Landelijk congres alcohol-,  
drugs- en nicotinepreventie**

De Prodentfabriek | Amersfoort

Samen werken aan effectieve preventie  
voor jeugd en jongvolwassenen



1 berichtje en een fatbike is al onderweg,  
extra kopen om bij te verdienen, klinkt voor een tiener niet slecht.

Met school naar het buitenland,  
“Hier mag het wel” wordt er gefluisterd.  
Waar grenzen verleggen, net anders voelt.  
Extra vrijheid, weg huis,  
het kan geen kwaad als iedereen het doet.

Studeren, uit huis, nog meer vrijheid.  
Alles in teken om het meeste te halen uit de studententijd.

Maar wat betekent dat eigenlijk?

Vereniging, borrels, aanwezigheid is belangrijker dan eigen wil.  
Gezellig buiten roken,  
daar ontstaat het eerste verschil.  
Principes op glad ijs.  
Blijf je binnen, om zo gezelligheid te ontlopen,  
of ga je mee naar buiten, tijd voor je eerste hijs.

Nog nooit echt gedronken, heb het nooit lekker gevonden,  
moet nu wel, om erbij te horen, een ruggengraat van ... een paar seconden.  
“Vind je het niet lekker? Leer het dan maar drinken.  
Er niet van houden, is geen reden, om je lever niet te verminken.”

Op het voetbalveld, hier ben ik veilig, reclame voor alcohol verboden,  
Kijkend naar de borden, toch 0.0 aangeboden.  
Al die slimme trucjes om de regels te ontglippen,  
zodat wij na de wedstrijd weer aan alcohol kunnen sippen.

**Landelijk congres alcohol-,  
drugs- en nicotinepreventie**

De Prodentfabriek | Amersfoort

Samen werken aan effectieve preventie  
voor jeugd en jongvolwassenen



De derde helft, waar het spel al lang voorbij is,  
maar een ander spel begint.

Waar meedoen opeens belangrijker is dan winnen,  
nog een reden om met drinken te beginnen.

Of toch maar gebruiken, om samen naar het festival te gaan,  
allemaal om maar niet buitenspel komen te staan.

Niet omdat we perse willen, maar omdat we, ook maar mens zijn, en aan normaal willen voldoen.

Omdat “nee” zeggen soms meer kost, dan “ja” zeggen ooit zal doen.

Omdat voorbeeldgedrag geen les is, maar een spiegel van waar de samenleving voor staat,  
omdat, wat normaal voelt, zelden toevallig, zomaar is ontstaan.

Dus als we vragen: “Waarom beginnen jongeren?”

Misschien moeten we dan anders kijken.

Niet alleen naar wat ze nemen, maar naar wat ze zien.

Niet alleen naar de keuze, maar naar de context die die keuze voorziet.

Want het begint niet met een pil en ook niet met een lijn.

Het begint met een slokje, al is die alcoholvrij.

Een grapje, een moment waarop niemand ingrijpt.

een gewoonte, het standaard drankje bij de maaltijd.

Dus als we iets willen veranderen,

dan moeten we niet alleen praten over middelen, maar over mensen.

Over ouders die een voorbeeld zijn,

over verenigingen waar “gezellig” niet gelijkstaat aan drinken, over die bekende 3de helft.

over scholen die meer doen dan waarschuwen, maar ook begrenzen,

over vrienden, die je laten zijn wie je bent, jezelf.

Over het open gesprek, de omgeving: onze maatschappelijk plicht.

Want hoe het begint, bepaalt vaker dan we willen toegeven, hoe het eindigt.

**Landelijk congres alcohol-,  
drugs- en nicotinepreventie**

De Prodentfabriek | Amersfoort

Samen werken aan effectieve preventie  
voor jeugd en jongvolwassenen



Dus als we iets willen veranderen, laten we dan niet alleen praten over de jeugd, hun drank en hun pillen,

laten we ook beginnen bij de glazen die we samen bij het proosten optillen.

**- op een inspirerende dag -**

**Landelijk congres alcohol-,  
drugs- en nicotinepreventie**

**De Prodentfabriek | Amersfoort**

Samen werken aan effectieve preventie  
voor jeugd en jongvolwassenen

