**Bijlage 1 Voorbeeldmail scholen**

Beste [naam Gezonde school-coördinator, (con)rector, afdelingsleider etc.],

Wilt u op uw school meer aandacht besteden aan de preventie van roken, het gebruik van alcohol en drugs en (te veel) gamen?

Het brein van een puber of jongvolwassene is in ontwikkeling en daardoor extra kwetsbaar. Het gebruik van alcohol en drugs verstoort die ontwikkeling en kan leiden tot slechtere schoolprestaties, verzuim en soms zelfs tot schooluitval. Uit onderzoek blijkt dat jongeren die vroeg starten, vaker blijven gebruiken en meer kans lopen om verslaafd te raken. Hoe later jongeren in aanraking komen met het gebruik van middelen, hoe groter de kans dat ze ook op latere leeftijd hiermee verstandig om zullen gaan.

Na een lange periode waarin vooral het roken en alcoholgebruik onder jongeren afnam, is dit in de laatste jaren niet verder gedaald. Het percentage jongeren dat rookt of drinkt is nog steeds te hoog. Dit geldt voor zowel vo-scholieren als studenten in het mbo.

[voorbeeld cijfers vo, invoegen indien het een vo-school betreft] Nog steeds heeft bijna de helft van de 12- t/m 16-jarige scholieren al eens alcohol gedronken en als ze drinken, drinken ze veel. Bijna 1 op de 5 scholieren heeft al eens gerookt en 10% deed dat nog afgelopen maand.

[voorbeeld cijfers mbo, invoegen indien het een mbo-school betreft] 65% van de 17-jarige studenten op het mbo heeft de afgelopen maand alcohol gedronken en 20% van de drinkers drinkt meer dan 10 glazen alcohol op een ‘drinkdag’. Een vijfde van de 16-jarige mbo-studenten heeft ooit cannabis gebruikt.

[evt. regionale cijfers invoegen]

[Helder op School](https://www.trimbos.nl/aanbod/helder-op-school/) biedt u een integrale aanpak om uw leerlingen of studenten bewust te maken van de gevolgen en hen te stimuleren niet te roken of drinken, geen drugs te gebruiken en niet te veel te gamen. Onder onze deskundige begeleiding werkt u stap voor stap aan het creëren van een gezond klimaat op school.

Verbeter uw beleid, ga aan de slag met kant-en-klare lespakketten, krijg ondersteuning bij signaleren en leer meer over de omgevingsfactoren die leerlingen beïnvloeden en hoe u deze in de aanpak kunt betrekken.

Voor meer informatie verwijs ik u naar de flyer ‘[Helder op school en de 4 pijlers van middelenpreventie](https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/pfg55182-informatiefolder-helder-op-school-en-de-4-pijlers-van-middelenpreventie-bundel-50-stuks/)’ en de folder met het [uitgebreide aanbod van Helder op School](https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/pfg55193-aanbod-helder-op-school-bundel-50-stuks/). Een film vind u [hier](https://vimeo.com/572563733).

Helder op School is een onderdeel van de [Gezonde School](https://www.gezondeschool.nl/), het landelijk initiatief voor verbetering van gezondheid op scholen. Helder op School sluit aan bij het thema roken-, alcohol- en drugspreventie van deze aanpak.

Hopelijk heb ik uw belangstelling kunnen wekken voor hét preventieprogramma rondom alcohol, tabak, drugs en problematisch gamen voor het onderwijs. Graag maak ik een afspraak om deze mail, het aanbod en de financieringsmogelijkheden verder toe te lichten.

Ik zal u hiervoor telefonisch benaderen.

Met vriendelijke groet,

[Naam en instelling]

[Telefoonnummer en e-mail adres]