

Nieuwsbrief Voortgezet onderwijs

GGD Kennemerland

GGDflits september 2025



Regelmatig maken wij een nieuwsbrief voor scholen met interessante onderwerpen over opvoeding en gezondheid. Dit is de GGD Flits om te delen met ouders.

In deze nieuwsbrief

- [Jeugdgezondheidszorg op school](#)
 - [Ouders maken het verschil in alcoholgebruik](#)
 - [Gezond schermgebruik](#)
 - [Nationale ouderavond: Nee tegen vaperen](#)
 - [Cursusaanbod in de Haarlemmermeer](#)
 - [Cursusaanbod buiten de Haarlemmermeer](#)
 - [Agenda](#)
-



Jeugdgezondheidszorg op school

Aan elke school is een Jeugdgezondheidszorg (JGZ)-team verbonden. Dit team bestaat uit een jeugdarts en een jeugdverpleegkundige.

Leerlingen wordt een **gezondheidscheck** aangeboden om te kijken hoe het met hen gaat. Ouders en leerlingen krijgen hierover vooraf meer informatie.

Dit jaar worden er ook **inloopspreekuren** ingevoerd. Jongeren kunnen hier terecht met vragen over gezondheid, groei, stress, slaapstoornissen, enzovoort. De jeugdverpleegkundige kan luisteren, advies geven en hen doorverwijzen naar betrouwbare informatie. Meer informatie hierover wordt via school verstrekt.

Het aanbod kan in het speciaal voortgezet onderwijs anders zijn. Als ouder ontvangt u vooraf informatie over de gezondheidscheck.

Heeft u vragen of zorgen over uw kind?

U kunt altijd een afspraak maken met de jeugdverpleegkundige of jeugdarts van de school. Wij kunnen u advies geven, meedenken, onderzoek doen en indien nodig doorverwijzen.

[Lees meer op onze pagina Mijn kind 12-18 jaar](#)



Ouders maken het verschil in alcoholgebruik

Uit onderzoek van GGD Kennemerland blijkt dat veel mensen nadenken over hun alcoholgebruik. Een kwart van de volwassenen in onze regio wil minder drinken of zelfs helemaal stoppen. En dat is goed nieuws – want kinderen leren veel van wat zij

bij hun ouders zien.

Voor veel mensen hoort een drankje erbij: bij het eten, een feestje of op de bank. Maar wist je dat:

- **85% van de volwassenen** weleens drinkt waar kinderen bij zijn?
- Bijna **de helft** van de ouders **geen** duidelijke afspraak maakt met hun tiener over geen alcohol voor hun 18e?
- **14%** van de ouders het goed vindt dat zijn/haar **minderjarig** kind af en toe drinkt?
- Jongeren sneller schade oplopen van alcohol dan volwassenen?

Bewust omgaan met alcohol is dus niet alleen goed voor jezelf, maar ook voor het voorbeeld dat je je kind geeft. Uit onderzoeken weten we dat ouders die duidelijke afspraken maken én zelf het goede voorbeeld geven, hun kind écht helpen.

Wat kun je als ouder doen?

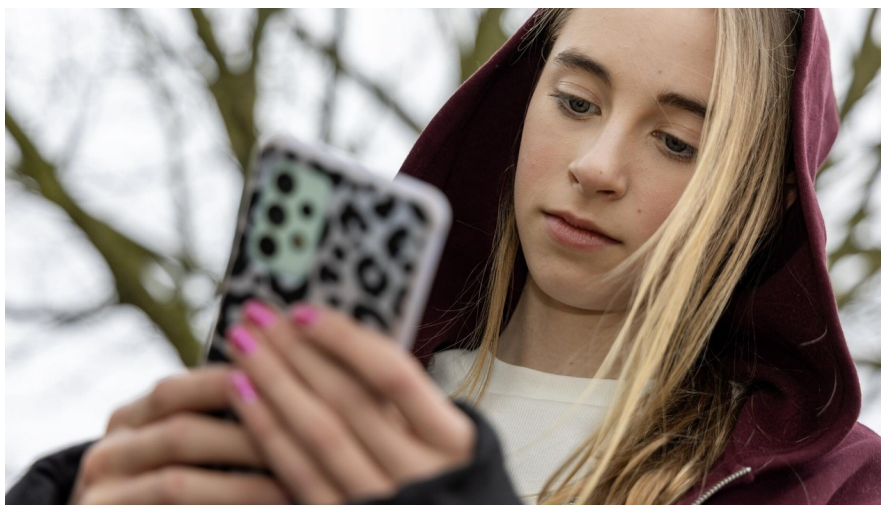
- Praat over alcohol en begin hier op tijd mee.
- Stel een grens en maak afspraken met elkaar
- Praat met andere ouders over opvoeding en middelengebruik
- Denk bewust na: wat ziet mijn kind als ik drink?
- Doe een keer mee met een challenge zoals **IkPas** of **Zomer zonder Alcohol**

Samen zorgen we voor een gezonde start voor onze kinderen.

Meer weten over het onderzoek in Kennemerland? Lees alle resultaten op www.ggdkennerland.nl

Kijk voor tips ook eens op:

- [Alcohol, drugs, roken, gamen – Tips voor ouders – Helderopvoeden.nl](#)
- [Alcohol en jongeren – Expertisecentrum Alcohol](#)
- [Tips voor ouders | NIX18](#)



Gezond schermgebruik

Kinderen groeien op in een digitale wereld. Schermen horen erbij, van filmpjes kijken tot chatten met vrienden.

Maar hoe zorg je als ouder voor gezond schermgebruik? En, wat is gezond schermgebruik? Op de webiste van GGD Kennemerland staat meer informatie en tips zoals:

- Hoe lang mag mijn kind een scherm gebruiken?
- Tips voor gezond schermgebruik
- Linken naar websites voor meer informatie

[Lees meer](#)



Nationale ouderavond: Nee tegen vaperen

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) organiseert in samenwerking met het Trimbos-instituut een gratis online ouderavond.

- **Woensdag 1 oktober**
- **19.30 - 20.30 uur**

Die avond krijgen ouders in een uur handvatten van experts en tips van andere ouders om het gesprek met hun kind te voeren. Ook praat een longarts ouders bij over de schadelijkheid van vaperen en gaat een neuropsycholoog in op waarom pubers extra gevoelig zijn voor verslaving.

[Aanmelden Nationale ouderavond](#)



Cursusaanbod in de Haarlemmermeer

Eind september start voor ouders in de gemeente Haarlemmermeer:

- 30 september - **Omgaan met Pubers oudercursus** 6 bijeenkomsten in Hoofddorp. Voor ouders van kinderen 12-18 jaar.

[Meer info en aanmelden](#)

Cursusaanbod buiten de Haarlemmermeer

Op zoek naar cursus aanbod buiten de gemeente Haarlemmermeer?

Kijk eens op: **Samen (op)groeien**

Dit is dé plek voor ouders, verzorgers, kinderen en jongeren om workshops of trainingen te vinden over opvoeden en opgroeien. Er zijn veel verschillende workshops en trainingen, maar ook veel verschillende aanbieders.

Samen (op)groeien verzamelt dit aanbod in Heemskerk, Beverwijk, Uitgeest, Velsen, Haarlem, Bloemendaal en Zandvoort, zodat jij gemakkelijk een keuze kunt maken!

[Naar website van Samen\(op\)groeien](#)

Agenda

1/10

Online ouderavond Nee tegen vaperen

Gratis online ouderavond 1 oktober
19:30

[Aanmelden](#)

Contact

administratieJGZ@vrk.nl

www.ggdkennerland.nl/mijn-kind

Uitgebracht door:



Onderdeel van:



Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#).

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).

U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#).

Voor een goede ontvangst voegt u A0udeLansink@ggdkennerland.nl toe aan uw adresboek.