

ALS KLEINE  
**KINDEREN  
GROOT  
WORDEN**



**BASISTIPS  
OVER  
ALCOHOL,  
TABAK EN  
DRUGS**

**VOOR OUDERS  
VAN TIENERS**

**JE HEBT HEEL WAT IN HUIS OM JE TIENER TE HELPEN  
GEZONDE KEUZES TE MAKEN:**

**PRAAT OVER TABAK, ALCOHOL EN DRUGS  
VOOR JE KIND ERMEE IN CONTACT KOMT.**

**ZEKER VOOR ALCOHOL EN TABAK DOE JE DIT BEST VOOR JE  
KIND DE STAP NAAR HET SECUNDAIR ONDERWIJS ZET.  
LUISTER DAARBIJ OOK NAAR JE KIND.**

**GEEF ZELF HET GOEDE VOORBEELD.**

**PRAAT OVER JE EIGEN GEBRUIK EN LEG UIT WAAROM JE  
WEL EENS ALCOHOL DRINKT OF ROOKT. WEES EERLIJK EN  
ZEG BIJVOORBEELD DAT JE HET MOEILIK VINDT OM TE  
STOPPEN MET ROKEN.**

**STEL DUIDELIJKE GRENZEN.**

**DUIDELIJKE REGELS EN AFSPRAKEN ZIJN NOODZAKELIJK  
VOOR ALLE LEEFTIJDEN: GEEN TABAK EN GEEN DRUGS.  
GEEN ALCOHOL ONDER 18 JAAR. ZORG DAARBIJ DAT JE KIND  
DE GRENZEN BEGRIJPT EN WEET WELKE GEVOLGEN HET  
HEEFT ALS ZE WORDEN OVERTREDEN.**

**TOON INTERESSE IN WAT JE TIENER GRAAG DOET, ZIJN OF  
HAAR HOBBY'S EN VRIENDEN. BLIJF IN GESPREK. ZO BLIJF  
JE OP DE HOOGTE.**

**HEB JE NOG VRAGEN?  
KIJK OP [WWW.DRUGLIJN.BE](http://WWW.DRUGLIJN.BE).**

**de druglijn**

V.U.: P. Van Deun, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel, VAD vzw