

‘Stoptober’ op De Meerwaarde in Barneveld: ‘Roken én vaperen is slecht voor je’

ONDERWIJS

Foto: Freek Wolff

za 30 sep., 07:22



Vertegenwoordigers van De Meerwaarde, Stichting Connect en Iriszorg met de 'eyecatcher' van 'Stoptober', een grote oranje bal met het woord 'Stop'.

BARNEVELD

Dat sigaretten roken de kans op longkanker groot maakt, mag duidelijk zijn. Maar ook het modernere 'vaperen' met een e-sigaret is niet bepaald gezond. Leerlingen van De Meerwaarde worden aangemoedigd om er niet in te trappen. En mee te doen aan 'Stoptober', mochten ze al roken.

Even buiten het schoolplein zit een groepje jongeren op een transformatorhuisje. De rook is zichtbaar, hier zijn sigaretten in het spel. Ze weten hun plek, want op het terrein van de school is het sinds 2020 niet toegestaan om te roken of te 'vaperen', roken met een

elektronische sigaret. De vraag is of deze jongeren oog hebben voor de 'eyecatcher' van de landelijke campagne 'Stoptober': een felgekleurde grote oranje bal met daarop het woord 'Stop'. Om de hele maand oktober de tabak links te laten liggen, net zoals de alcohol laten staan in de eerste maand van het nieuwe jaar tijdens 'Dry January'.

VERDRIETIG In de middagpauze stroomt het schoolplein vol met leerlingen van de onderbouw. Een aantal van hen wordt aangesproken door medewerkers van Stichting Connect Barneveld, een organisatie die de verbinding legt tussen maatschappelijke vraagstukken en de doelgroep. Johanneke, Ilse, Lotte en Fleur denken dat het thema de meeste jongeren „niet echt kan boeien”, maar na wat gegiechel blijken de vier meiden het onderwerp toch wel serieus te nemen. Zelf roken ze niet.

(lees verder onder de foto)



„Minder erg dan drugs, maar toch slecht voor je.” - Foto Freek Wolff

CHOCOLADEREEP Eén van hen zegt dat ze er geen geld voor heeft, anders zou ze het misschien wel doen. Ze is zich er wel van bewust dat roken slecht is voor de gezondheid en ziet dat veel jongeren van haar leeftijd 'vaper'. „Je kunt er dood aan gaan”, weet ze. „Ik ken een meisje dat heel veel 'vaped', maar zij zegt dat het haar niet kan schelen als ze daardoor zou overlijden. Daar zou ik dan wel heel erg verdrietig van worden.”

Een ander meisje, dat nooit rookt, zegt dat ze eerder voor 'vaper' dan voor gewone sigaretten zou kiezen, omdat ze de geur wel lekker vindt. „Ik wil het ooit wel een keer proberen. Het is net als een chocoladereep in de supermarkt. Dan pak je die toch en niet de groente in een ander schap. Ik ken kinderen uit groep acht van de basisschool die nu al gaan 'vaper'. Het is natuurlijk altijd minder erg dan drugs gebruiken, maar toch is het slecht voor je.”

Van een groepje jongens blijkt niemand te roken. „Het is heel slecht voor je, maar mijn vader rookt wel. Sommige jongeren zijn eigenwijs en gaan toch roken. Ik zit op voetballen en daarom rook ik niet”, vertelt een jongen in sportieve kleding.

ROOKVRIJE GENERATIE „Je kunt soms echt bij jongeren het verschil maken”, zegt Alex Heijstee. Hij is jongerenwerker in dienst van Connect Barneveld. „Het gaat om een gezonde leefstijl. Wij willen dat stimuleren, ook met buurtsportcoaches, verenigingsondersteuners en cultuurmedewerkers. Zo hebben we een programma met de naam 'Mission Possible', waarmee we jongeren steunen die vooruit willen, maar even niet weten hoe. Het gaat om realiseerbare doelen stellen.”

(lees verder onder de foto)



Jongerenwerker Alex Heijstee geeft een groepje leerlingen uitleg over de actie 'Stoptober'. - Foto Freek Wolff

PERZIK EN MANGO Heijstee staat volop achter het streven naar een rookvrije generatie. „Je kunt niet iedereen bereiken, maar degenen die je wel aanspreekt, is al een stap in de goede richting. Ik denk dat iedereen wel weet dat roken heel schadelijk is, maar over het 'vaperen' en de verslavingsgevoeligheid daarvan bestaat nog veel onduidelijkheid. Het is ook verslavend, want er zit nicotine in. Voor je longen is het heel slecht. De eerste voorbeelden zijn er dat 'vaperen' de longblaasjes aantast, al ben ik geen arts. Het is merkwaardig dat het gepresenteerd werd alsof het niet schadelijk zou zijn. En het was ook niet voor jongeren bedoeld, maar er werden wel smaakjes aan toegevoegd, zoals suikerspin, cola, perzik en mango. Dat is moeilijk uitlegbaar.” Vanaf 1 januari 2024 mogen 'vapes' en 'e-liquids' met een smaakje daarom helemaal niet meer verkocht worden, meldt de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit op een website van de overheid.

IN ROOK OPGEGAAN Jacco Peelen, ook van Connect, wijst in dit licht op het Gezonde Leefstijl Akkoord van de gemeente Barneveld, waarin meer dan zeventig partijen samen streven naar gezondere inwoners door beter eten, minder alcohol drinken, niet roken en meer bewegen. „Daar sluit deze campagne over het roken goed bij aan. 'Stoptober' is een hele laagdrempelige manier om jongeren en volwassenen te stimuleren om te stoppen met roken. Dus in oktober niet roken. We helpen daarbij met pushberichten, coaches, een backoffice, social media en hulporganisaties. We zijn op scholen bezig om een generatie te veranderen, te benadrukken dat niet-roken gezond gedrag is. Om jongeren bewust te maken dat ze hiervoor kunnen kiezen. Het werkt niet om met het vingertje te wijzen wat er niet mag en door te straffen. We willen jongeren ondersteunen. Landelijk zien we dat de bewustwording over hoe slecht roken is enorm is

toegenomen. Op sportparken en bij cultuuraanbieders zag je duidelijk een beweging in de goede richting, maar met het 'vaper' is dit voor de nieuwe generatie in rook opgegaan."

(lees verder onder de foto



Enthousiasme over 'Stoptober'. - Foto Freek Wolff

ZICHTBAAR Daarom stelt Sander Palm dat succes vermoedelijk alleen haalbaar is met een integrale aanpak. „Dat lukt niet alleen de ouders, niet alleen de school en niet alleen onze organisatie. Ook kerken, sportverenigingen en scholen kunnen een ontmoedigingsbeleid ondersteunen”, zegt de directeur-bestuurder van Connect. „Daarom is het mooi dat je een samenwerking vindt met een school als De Meerwaarde. Je maakt het probleem zichtbaar en dat is belangrijk voor een gezonde jeugd en samenleving. Dat moet je gezamenlijk aanpakken. Je kunt het op deze manier zichtbaar en bespreekbaar maken. Hopelijk is dit een aanzet tot stoppen met roken of om er niet aan te beginnen.” Hij wijst erop dat iedereen in de gemeente Barneveld via de huisarts een gratis cursus ‘Stop met roken’ kan krijgen, hoewel veel mensen dat niet weten.

„We vinden het belangrijk dat onze leerlingen gezond opgroeien”, reageert Jan Willem Berkhof, directeur bedrijfsvoering van De Meerwaarde. „Daar hoort een rookvrije generatie bij en daarom nemen we deel aan het Gezonde Leefstijl Akkoord.”

(lees verder onder de foto)



„Blijven benadrukken dat ook ‘vapen’ (elektronische sigaret) slecht is voor de gezondheid. - Foto Freek Wolff

Berkhof ziet dat veel jongeren roken en vindt het ‘vapen’ een zorgelijk fenomeen. „Voor leerlingen in de onderbouw zie je al dat dit aantrekkelijk en verleidelijk is, dus vinden we het belangrijk om te blijven benadrukken dat dit slecht voor de gezondheid is. Ook op social media zie je gelukkig in toenemende mate dat jongeren op de gevaren worden gewezen. Op een manier die hen aanspreekt, dus ik hoop dat dit effect heeft.” Het schoolterrein van De Meerwaarde is rookvrij en Berkhof zegt dat hij en zijn collega’s proberen om dit goed te handhaven, al is dit in de praktijk niet altijd eenvoudig. „Natuurlijk gaan we hierover met onze leerlingen ook in gesprek tijdens lesmomenten bij vakken als biologie, maatschappijleer en dagopeningen die gekoppeld zijn aan onze christelijke identiteit.”

STOEPTEGEL Donderdag werd een speciale stoeptegels geplaatst, in navolging van het lieveheersbeestje tegen geweld. De tegel herinnert leerlingen eraan dat het schoolterrein rookvrij is, met als toevoeging ‘Op weg naar een rookvrije generatie’. „Zo maak je het zichtbaar en kun je met elkaar in gesprek”, licht Palm toe. „Vorig jaar hebben we het openbare terrein voor de Avondvierdaagse in Voorthuizen rookvrij gemaakt. Door er een stempel aan te hangen, zet je mensen aan het denken. Dat zal nu ongetwijfeld ook gebeuren.” Palm overhandigde

voor de gelegenheid een toepasselijk boek aan Berkhof met de titel 'In iedere roker zit een stopper', met praktische adviezen voor zorgverleners.

(lees verder onder de foto)



Een speciale stoeptegels op het schoolplein van De Meerwaarde. - Foto Freek Wolff

REGELS Merina Meijer van Iriszorg is ook van de partij en legt uit dat haar organisatie meehelpt om jongeren zo veel mogelijk van verslavende middelen af te houden. „Wij denken mee met De Meerwaarde, een school die gelukkig actief is op dit terrein. Het is belangrijk dat je dit soort dingen onder meer aanvliegt via ouders en scholen.” Ze ziet met lede ogen aan hoe een nieuwe generatie wordt verleid om via elektronisch roken verslaafd te raken aan een ongezond fenomeen. „Het werd eerst als een soort gezond alternatief gezien, maar dat is niet zo. En vervolgens is de stap naar roken heel gemakkelijk. We zagen eerst stagnatie in het roken, maar nu zien we dat dit weer een beetje de verkeerde kant op gaat.”

Meijer weet - uit onderzoek - dat het niet helpt om tegen jongeren niets te zeggen over de gevaren van roken. Er wel iets over uitleggen, met duidelijke regels, vóórdat kinderen in de pubertijd komen, zou wél effect hebben. „Deze school doet dit heel mooi, want docenten krijgen handvatten om hiermee aan de slag te gaan. Alle scholen zien het belang wel, maar op de ene school is er meer aandacht voor dan bij de andere. Bij sommige scholen bestaat ook nog wat gêne om ermee aan de slag te gaan. Want als je aandacht voor dit thema hebt, zou het betekenen dat dit probleem op jouw school speelt. Iets wat natuurlijk niet zo hoeft te zijn.”

Freek Wolff

