



# NIEUWSBRIEF

## JEUGD EN MIDDELEN

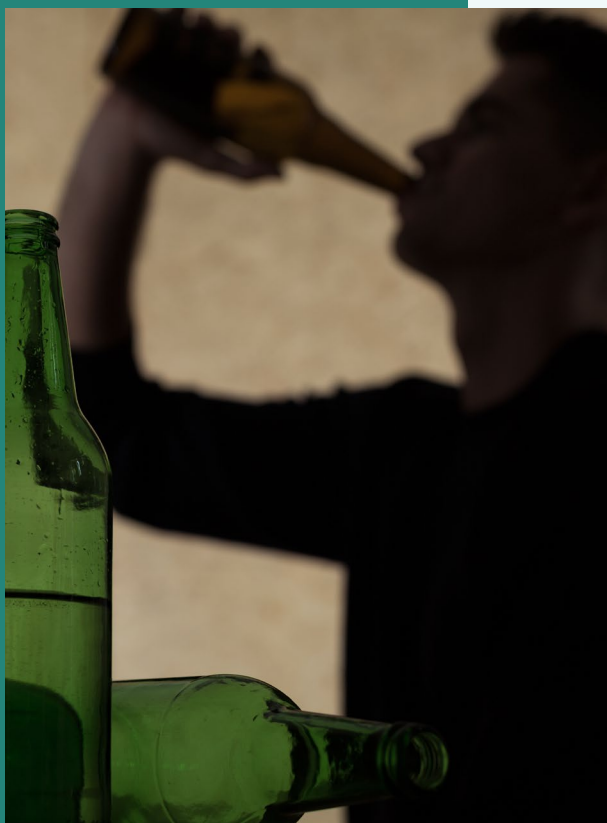
2025-2026

Dit is de eerste regionale nieuwsbrief Jeugd en Middel en in Zuid-Limburg. In deze nieuwsbrief lees je de laatste cijfers over jeugd en middelen, interessant nieuws én regionale acties. Veel leesplezier!

### JEUGD EN MIDDELEN IN CIJFERS

In de **Gezondheidsatlas** van de GGD Zuid-Limburg is betrouwbare informatie en cijfers over de gezondheid van de inwoners van Zuid-Limburg te vinden. Een aantal interessante cijfers over jongeren en middelen gebruik wordt hier op een rijtje gezet.

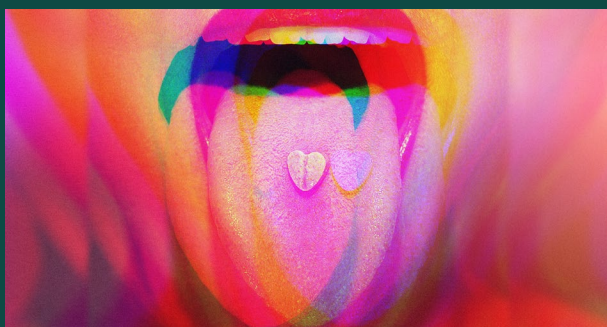
- > Alcohol, jongeren en hun omgeving
- > Drugsgebruik in Zuid-Limburg
- > Aantal jongeren dat rookt neemt toe
- > Ook vaperen neemt toe
- > In gesprek met jongvolwassenen
- > Wat viel op?
- > Wat helpt om gebruik te verminderen?



### **ALCOHOL, JONGEREN EN HUN OMGEVING**

In 2023 gaf 18% van de jongeren (12-17 jaar) in Zuid-Limburg aan dat ze in de afgelopen maand minimaal 1 keer dronken of aangeschoten zijn geweest. De omgeving speelt een belangrijke rol in het gedrag van mensen. Ongeveer twee derde van de jongeren (67%), heeft vrienden die alcohol drinken. Het drinken van alcohol wordt genormaliseerd wanneer anderen het ook doen. Eén derde (33%) van de ouders zegt er niets van als hun kind (onder de 18 jaar) alcohol drinkt. Duidelijke regels geven jongeren houvast in hun gedrag.

De Gezondheidsraad adviseert om mensen niet of in ieder geval niet meer dan één glas alcohol per dag te drinken. Dit advies wordt opgevolgd door bijna de helft (49%) van de Zuid-Limburgse jongvolwassenen (16-25 jaar). Dat percentage nam toe vergeleken met de vorige meting. Maar tegelijkertijd is 1 op de 6 jongvolwassenen een zware drinker.



### **Drugsgebruik in Zuid-Limburg**

Iets minder dan de helft van de jongvolwassenen (46%) heeft nog nooit drugs gebruikt. De drie meest gebruikte harddrugs door jongvolwassenen (16-25 jaar) in Zuid-Limburg zijn:

1. XTC (25%)
2. Lachgas (18%)
3. Cocaïne (13%).



### **AANTAL JONGEREN DAT ROOKT NEEMT TOE**

Ondanks een algemene dalende trend in Zuid-Limburg van het aantal volwassen rokers, neemt het aantal jongeren dat rookt toe. Bijna 1 op de 10 jongeren van 12-17 jaar (11%) in Zuid-Limburg rookt. Na een dip in 2021 lijkt dat aantal weer toe te nemen. Jongvolwassenen (16-25 jaar) roken meer: daar geeft 28% aan te roken. Ook dat aantal is toegenomen ten opzichte van 2022.

### **Ook vaperen neemt toe**

Vapen onder jongeren neemt toe. Het aantal jongeren dat wekelijks vapet is van 3% (2019) naar 11% (2023) gestegen. Het is bekend dat vaperen de overstap naar roken verkleint.



### **IN GESPREK MET JONGVOLWASSENEN**

In het voorjaar van 2025 ging GGD Zuid-Limburg in gesprek met jongvolwassenen uit de regio. We spraken over onderwerpen zoals roken, vaperen, drugs en alcohol. Meer details vind je op de pagina **Groepsgesprekken**.

#### **Wat viel op?**

- Volgens de deelnemers is middelengebruik – zoals alcohol, vaperen en roken – genormaliseerd. Het wordt gezien als normaal om te drinken, roken of vaperen, en om op festivals drugs te gebruiken.
- Middelen (vapes, sigaretten, alcohol en drugs) zijn over het algemeen makkelijk verkrijgbaar, ondanks leeftijdsgrenzen en verboden.

#### **Wat helpt om gebruik te verminderen?**

- Persoonlijke verhalen maken indruk. Jongvolwassenen geven aan dat (jonge) ervaringsdeskundigen op school, die zelf de gevolgen van middelengebruik kennen, veel kunnen betekenen.
- Middelengebruik kan soms een manier zijn om te gaan met mentale problemen of een moeilijke thuissituatie. Het blijft daarom belangrijk om ook deze onderliggende problemen aandacht te geven.

Meer informatie vind je op **het Kompas**.





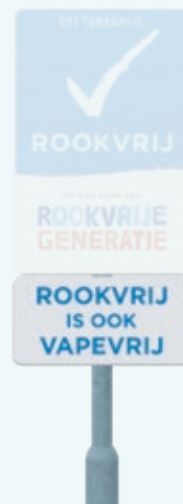
### BELEIDS- EN UITVOERINGSPLAN

In het Preventie- en Handavingsplan Jeugd en Middelen presenteren gemeenten de acties die worden ondernomen om alcoholgebruik, met name onder jongeren, te voorkomen. Gemeenten zijn wettelijk verplicht om hierin hun doelen te benoemen om overmatig alcoholgebruik te voorkomen. In Zuid-Limburg hebben de 16 Zuid-Limburgse gemeenten besloten om deze aanpak uit te breiden naar het voorkomen van middelengebruik. Onder middelengebruik verstaan we alcohol, drugs en roken. In 2024 hebben de 16 Zuid-Limburgse gemeenten het beleidsplan Preventie en Handhaving Jeugd en Middelen 2025-2028 vastgesteld.

**BELEIDSPLAN JEUGD EN MIDDELEN  
2025-2028**

Vervolgens in 2025 hebben de 16 Zuid-Limburgse gemeenten samen met jongeren, professionals en andere inwoners het uitvoeringsplan geschreven en vastgesteld.

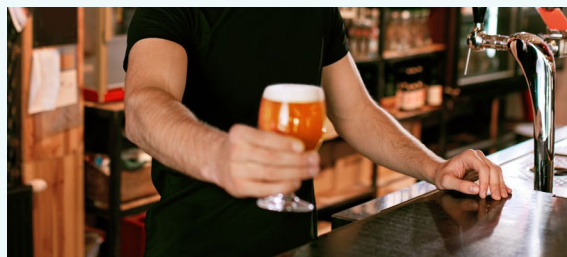
**UITVOERINGSPLAN JEUGD EN MIDDELEN  
2025-2028**



### NIEUW: BORD 'ROOKVRIJ IS OOK VAPEVRIJ'

Goed nieuws! Er is een nieuw bord toegevoegd aan de Rookvrije Generatie: 'Rookvrij is ook Vapevrij'. Steeds meer rookvrije locaties vroegen om duidelijkheid dat het rookvrije beleid ook geldt voor e-sigaretten en vapes. Dit nieuwe bord maakt dat helder en versterkt onze inzet voor een gezonde, rookvrije omgeving.

**Bestel** nu het 'Rookvrij is ook Vapevrij'-bord in verschillende uitvoeringen, passend bij de bestaande Rookvrije Generatie-borden.



### NALEVINGSONDERZOEK 2026

Met een nalevingsonderzoek kunnen gemeenten onderzoeken hoe goed winkels en horeca zich aan de regels voor alcoholverkoop houden. Om te zien of alcoholverstrekkers zich aan de leeftijdsgrens (NIX18) houden worden minderjarige studenten ingezet. Onder begeleiding van een onderzoeksteam gaan zij in het voorjaar van 2026 proberen alcohol te kopen bij supermarkten, horeca, cafetaria's, slijterijen en (sport)kantine. We communiceren dit onderzoek om alcoholverstrekkers bewust te maken van hun rol. Samen kunnen we voorkomen dat minderjarige alcohol nuttigen. Het volgende nalevingsonderzoek zal niet meer aangekondigd worden.



## INSPIRATIE VOOR SPORTVERENIGINGEN

### Tennisvereniging Eijdsen

Een gezonde leefstijl en sporten horen bij elkaar. Steeds meer verenigingen in onze gemeente zijn zich daarvan bewust. Zo is Tennisvereniging Eijdsen (TVE) sinds kort volledig rookvrij én biedt de kantine gezondere alternatieven. Bestuursleden Koen Tijert en Marc Nelissen vertellen graag meer:

#### Waarom zijn jullie rookvrij?

*"TVE is een vitale en actieve vereniging waar sport en plezier centraal staan, zowel op recreatief als competitief niveau. Juist de jeugd speelt een grote rol bij ons. Met eenvoudige en laagdrempelige maatregelen wil de vereniging bijdragen aan een gezonde leefstijl."*

#### Hoe reageren leden en bezoekers?

*"De reacties zijn uitsluitend positief. TVE kiest ervoor om niet belerend te zijn, maar een breder assortiment te bieden in de kantine. Iedereen houdt de vrije keuze: het oude aanbod blijft, maar er zijn extra gezondere alternatieven bijgekomen."*

#### Hebben jullie tips voor andere verenigingen?

*"Communiceer positief en probeer dingen uit. Gezonde(re) producten toevoegen kan eenvoudig, zeker wanneer je let op houdbaarheid en populariteit. Zo kun je stap voor stap het aanbod verbreden en ontdekken wat aanslaat."*

Mondriaan  
voor gezonde gezondheid

# HUUB STAPEL PAST, JIJ OOK?

Door mee te doen aan Dry January krijg ik meer energie en focus. Het zorgt er ook voor dat ik mijn teksten beter kan onthouden. Wel zo handig in mijn vak! Doe je ook mee?

**IKPAS**

Download nu de IkPas-app

### IKPAS CAMPAGNE

In januari 2026 doen we in Zuid-Limburg mee aan de IKPAS-campagne, Dry January. Met deze campagne nodigen we inwoners uit om tijdelijk alcoholvrij te leven. Door tijdelijk alcoholvrij te leven, willen we samen bewustzijn creëren over het gebruik van alcohol en het belang van een gezonde levensstijl. Doe je mee?

