

## **BIJLAGEN UITVOERINGSPROGRAMMA**

1. OKO IN HET KORT
2. AANBODOVERZICHT MENTALE GEZONDHEID
3. UITKOMSTEN JONGERENMONITOR 2023
4. DE OKO-CHECKLIST
5. UITGANGSPUNTEN EN WAARDEN

## **BIJLAGE 1.**

### **OKO IN HET KORT**

#### *Aanpak 'Opgroeien in een Kansrijke Omgeving'*

#### **OKO IS...**

...een werkwijze om jongeren gelukkiger en gezonder op te laten groeien en te voorkomen dat jongeren gaan drinken, roken of drugs gaan gebruiken.

...werkt daarom aan een positieve, gezonde en veilige leefomgeving voor jongeren.

...onderzoekt hoe het met de jongeren in de gemeente gaat en welke onderwerpen extra aandacht verdienen.

...helpt bij de samenwerking tussen gemeenten, ouders, scholen, jongerenwerkers en andere professionals in de buurt.

...een meer jaren aanpak om zo duurzaam te werken aan gelukkige en gezonde jongeren.

...wetenschappelijk onderbouwd en gebaseerd op het succesvolle IJslandse preventiemodel.

...een aanpak waaraan ondertussen 46 gemeentes zich verbonden hebben.

## WELKE ONDERDELEN OMVAT OKO?

Jongeren kunnen zich beter ontwikkelen wanneer zij opgroeien in een positieve, gezonde en veilige leefomgeving. Opgroeien in deze omgeving maakt ook de kans kleiner dat zij gaan drinken, roken of drugs gaan gebruiken. Met OKO werkt iedereen in de gemeente samen aan het vormen van de positieve leefomgeving voor jongeren: **thuis (gezin)**, op **school**, in de **vriendenkring (peergroep)** en in de **vrije tijd**. Dit zijn de vier domeinen die in OKO centraal staan.

In elk van deze vier domeinen gaan samenwerkingspartners aan de slag. Ze versterken de beschermende factoren en pakken de risicofactoren aan. Dit gebeurt op basis van 1) de resultaten van de Jongerenmonitor die de GGD tweejaarlijks afneemt voor OKO-gemeentes en 2) overleg met lokale partners over deze resultaten. De OKO aanpak bestaat dus niet uit een vast pakket aan interventies of activiteiten. Lokaal wordt besproken wat de grootste aandachtspunten zijn en waar kansen liggen om deze aan te pakken.

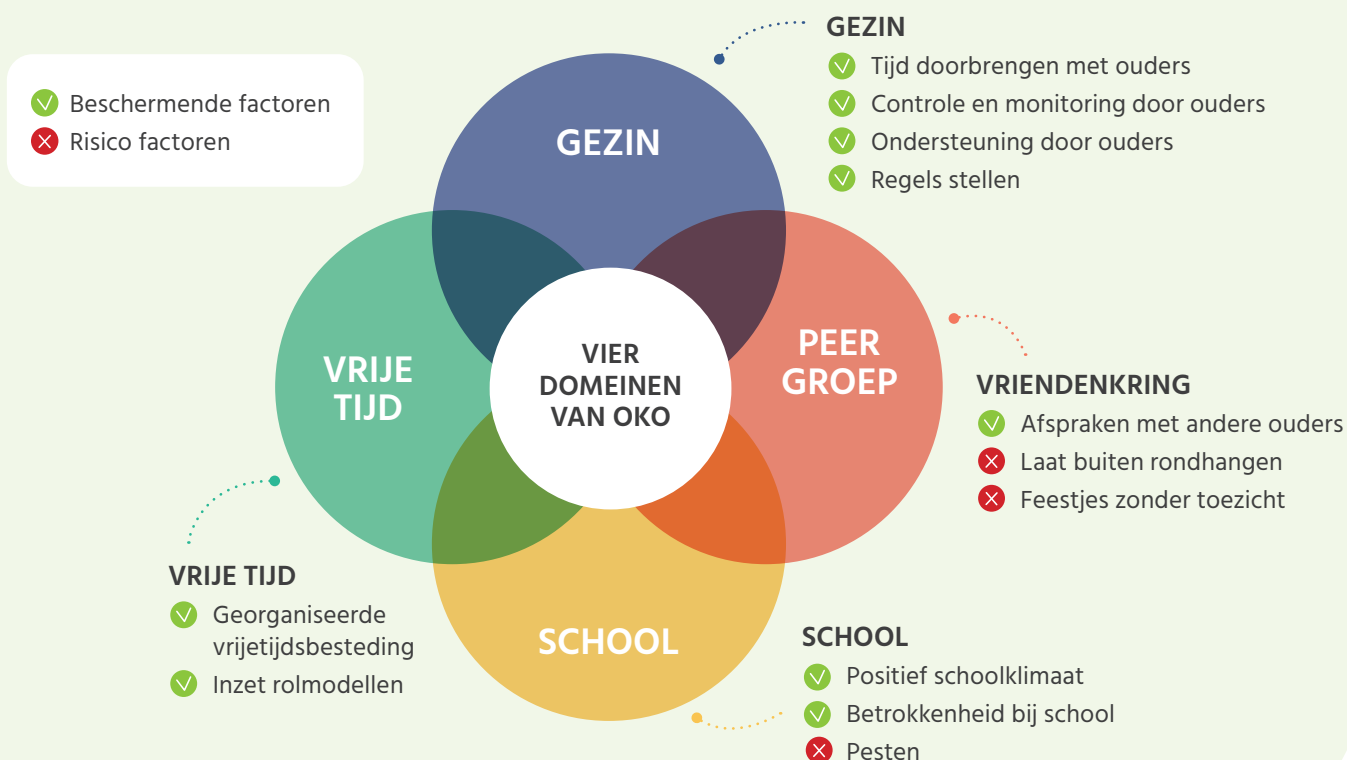
### Beschermende factoren

Binnen de vier domeinen zijn beschermende en risicofactoren beschreven. Zo verhogen steun van ouders en een positieve sfeer op school het geluk van jongeren. Deze beschermende factoren kunnen daarnaast voorkomen dat ze gaan drinken, roken of drugs gaan gebruiken.

### Risicofactoren

Pesten en tot laat buiten rondhangen verminderen juist het geluk van jongeren en vergroten de kans dat ze gaan drinken, roken of drugs gaan gebruiken.

Domeinen in de omgeving jongeren met beschermende- & risico factoren



## OKO EN DE IJSLANDSE AANPAK

OKO is gebaseerd op het IJslandse preventiemodel. Tussen 2018 en 2021 hebben negen Nederlandse gemeenten in een pilottraject gewerkt met het IJslandse preventiemodel. Gedurende deze pilot-fase is de IJslandse aanpak vertaald naar de Nederlandse context. Na de pilot-fase is de aanpak onder een nieuwe naam verdergegaan: Opgroeien in een Kansrijke Omgeving. De aanpak is een wetenschappelijk onderbouwde benadering (evidence-based) om middelengebruik (alcohol, tabak en drugs) onder jongeren te voorkomen en het welbevinden van jongeren te vergroten. Het model is gericht op het implementeren van maatregelen en lokale interventies die risicofactoren voor middelengebruik verminderen en beschermende factoren versterken.



Middelengebruik in IJsland van 1998 tot 2018 onder 15- en 16-jarigen

Sinds de invoering van het IJslandse preventiemodel, twintig jaar geleden, is het middelengebruik onder de IJslandse jeugd sterk gedaald en behoort zij nu tot het land met de minst gebruikende jongeren in Europa. De aanpak wordt inmiddels in 34 landen in de wereld toegepast.

## HOE WERKT OKO?

De gemeente coördineert de aanpak. Zij brengt ouders en lokale partners bij elkaar zodat er een gemeenschap (community) ontstaat rond de opgroeiende jongeren. Samen doorlopen zij iedere twee jaar de aanpak van OKO; van monitoring naar dialoog, planvorming en uitvoering.



- FASE 0 - OPSTART:** Voorafgaand aan de cyclus is het belangrijk een aantal zaken geregeld te hebben zoals, personele bezetting, financieren en politiek draagvlak voor minimaal 4 jaar.
- FASE 1 - MONITORING:** Jongeren in het voortgezet onderwijs vullen een vragenlijst in over hoe ze zich voelen, in hoeverre ze alcohol drugs of tabak gebruiken en over de aanwezigheid van beschermende en risicofactoren.
- FASE 2 - DIALOOG:** Kort na de afname van de vragenlijst bespreekt de gemeente de resultaten met de scholen, ouders en andere lokale partners: "Wat vinden wij als community van de cijfers? Waar willen we wat aan doen? Wat kun je/jouw organisatie bijdragen?" Samen bepalen ze de drie belangrijkste speerpunten voor uitvoering de komende 2 jaar.
- FASE 3 - PLANVORMING:** Voor elk veranderpunt kiezen zij de best passende en werkende aanpakken en activiteiten. Dit kunnen bestaande aanpakken maar ook nieuwe, of op OKO aangepaste activiteiten zijn. Belangrijk is dat de activiteiten en aanpakken de beschermende factoren versterken en de risicofactoren verminderen. Iedere samenwerkingspartner werkt hieraan mee vanuit eigen mogelijkheden en expertise.
- FASE 4 - UITVOERING:** De gemeente en haar samenwerkingspartners voeren de geplande aanpakken en activiteiten uit. Aan het einde van de cyclus volgt er een evaluatie en begint de aanpak weer bij de GGD monitoring.

## BIJLAGE 2.

### AANBODOVERZICHT MENTALE GEZONDHEID

ACTIVITEIT INTERVENTIE MAATREGEL	DOELGROEP & DOEL VAN ACTIVITEIT INTERVENTIE MAATREGEL	DRAAGT BIJ AAN VOORKOMEN MIDDELENGEBRUIK EN/OF VERBETEREN WELBEVINDEN?	PAST BIJ WELK(E) OKO-DOMEIN(EN)?	PAST BIJ WELKE OKO-FACTOR(EN)?
Triple P: positief opvoeden, training 'pubers'	Doelgroep: ouders van 2 tot 12 jaar en 12 tot 18-jarigen.  Doel: ouders handvatten geven om de principes van positief opvoeden toe te passen.	Ja	<b>GEZIN</b>	Regels stellen, ondersteuning door ouders
Jongerenraad	Doelgroep: jongeren 14-18 jaar.  Doel: jongeren ontwikkelen zich tot mondige partners voor maatschappelijke activiteiten.	Ja	<b>VRIJE TIJD</b>	Activiteitsaanbod
Steunouders	Doelgroep: 0-13 jaar.  Doel: verlichten van de thuissituatie.	Mogelijk	<b>GEZIN</b>	Regels stellen, ondersteuning ouders
(Incidentele) voorlichtingsmomenten bv. over puberbrein	Doelgroep: ouders 12-18.  Doel: ouders handvatten geven over positief opvoeden i.r.t. ontwikkelingen bij hun kinderen.	Ja	<b>GEZIN</b>	Regels stellen, ondersteuning ouders plus OKO hoofddoel
(Incidentele) voorlichtingsmomenten b.v. over opvoeden en opgroeien speciaal voor ouders van anderstalige jongeren	Doelgroep: ouders van anderstalige leerlingen.  Doel: ouders handvatten geven over positief opvoeden i.r.t. ontwikkelingen bij hun kinderen.	Ja	<b>GEZIN</b>	Regels stellen, ondersteuning ouders plus OKO hoofddoel
Ouderklankbordgroep	Doelgroep: ouders woonachtig in één van de 3 kernen.  Doel: ouders betrekken bij maatschappelijke vraagstukken.	Mogelijk	<b>GEZIN</b>	Regels stellen, ondersteuning ouders plus OKO hoofddoel
THINK	Doelgroep: leerlingen 12-16 jaar Agnietencollege.  Doel: jongeren weerbaar maken.	Ja	<b>SCHOOL</b>	Positief schoolklimaat plus OKO hoofddoel

ACTIVITEIT INTERVENTIE MAATREGEL	DOELGROEP & DOEL VAN ACTIVITEIT INTERVENTIE MAATREGEL	DRAAGT BIJ AAN VOORKOMEN MIDDELENGBRUIK EN/OF VERBETEREN WELBEVINDEN?	PAST BIJ WELK(E) OKO-DOMEIN(EN)?	PAST BIJ WELKE OKO-FACTOR(EN)?
JOGG: Team Fit	Doelgroep: medewerkers van sportkantines.  Doel: creëren van een gezonde sportomgeving waar regels rondom roken en alcoholgebruik worden nageleefd.	Ja	VRIJE TIJD	Past bij het OKOhoofddoel
KIES (basisonderwijs)	Doelgroep: kinderen van gescheiden ouders.  Doel: mentaal welbevinden van kinderen in een scheidings situatie versterken.	Selectief: versterkt mentaal welbevinden van (tijdelijk) kwetsbare jongeren	SCHOOL	Positief schoolklimaat, ouderbetrokkenheid bij school, plus OKOhoofddoel
Schoolmaatschappelijk werk	Doelgroep: (tijdelijk) kwetsbare leerlingen basisschool.  Doel: leerlingen versterken.	Selectief: versterkt mentaal welbevinden van (tijdelijk) kwetsbare jongeren	SCHOOL GEZIN	Positief schoolklimaat, ouderbetrokkenheid bij school, plus OKOhoofddoel
PMT	Doelgroep: leerlingen met een kwetsbaarheid.  Doel: leerlingen versterken en weerbaarheid verhogen.	Selectief: versterkt mentaal welbevinden van (tijdelijk) kwetsbare jongeren	SCHOOL GEZIN	Positief schoolklimaat, ouderbetrokkenheid bij school, plus OKOhoofddoel
Campagne Nix 18	Doelgroep: jongeren 14-18.  Doel: roken en alcoholgebruik uitstellen.	Ja	JONGEREN OUDERS VERSTREK- KERS VAN ALCOHOL EN TABAK	Past bij het OKO- hoofddoel
Mamacafé Zwartsluis	Doelgroep: jonge moeders.  Doel: elkaar versterken, elkaar kennen, elkaar steunen in de opvoeding.	Ja	GEZIN	Ondersteuning door ouders, regels stellen
Mamacafé Hasselt	Doelgroep: jonge moeders.  Doel: elkaar versterken, elkaar kennen, elkaar steunen in de opvoeding.	Ja	GEZIN	Ondersteuning door ouders, regels stellen

ACTIVITEIT INTERVENTIE MAATREGEL	DOELGROEP & DOEL VAN ACTIVITEIT INTERVENTIE MAATREGEL	DRAAGT BIJ AAN VOORKOMEN MIDDELENGBRUIK EN/OF VERBETEREN WELBEVINDEN?	PAST BIJ WELK(E) OKO-DOMEIN(EN)?	PAST BIJ WELKE OKO-FACTOR(EN)?
Inzet Gezinspreventie-coach	Doelgroep: gezinnen met jonge kinderen. Doel: Ouders versterken in opvoedvaardigheden	Ja	GEZIN	Ondersteuning door ouders, regels stellen
Project BoekenGezin	Doelgroep: ouders met kinderen in de leeftijd van 0-3 jaar. Doel: ontmoeting tussen ouders, elkaar steunen in de opvoeding, kennis over opgroeien van kinderen.	N.v.t.: doelgroep valt buiten OKO	GEZIN	Ondersteuning door ouders
Netwerkoverleg Agnietencollege Gezonde School	Doelgroep: scholieren en indirect hun ouders. Doel: afstemming tussen partners over elkaars beleid en activiteiten gericht op gezond gedrag en mentaal welzijn van jongeren. Ouders worden actief geïnformeerd, Ouderraad is op de achtergrond betrokken.	Ja	SCHOOL VRIJE TIJD GEZIN	NIX 18, rookvrije generatie, ouder-ondersteuning
Oudertraining Tactus	Een cursus voor ouders en opvoeders met kinderen tussen de 12 en 23 jaar die problematisch alcohol drinken of te veel drugs gebruiken, overmatig gamen of gokken.	Ja: het voorkomt erger	GEZIN	N.v.t.: secundaire preventie
De Kern training (weerbaarheid en mindfulness)	Doelgroep: kinderen BO groep 6,7 en 8. Doel: versterken weerbaarheid en mentaal welbevinden.	Selectief: versterkt mentaal welbevinden van (tijdelijk) kwetsbare jongeren	SCHOOL	N.v.t.
Project Normaliseren	Doelgroep: leerlingen die (soms) extra aandacht/ondersteuning nodig hebben om verdere problemen te komen (12-16 jaar Agnietencollege). Doel: weerbaarheid vergroten, probleem niet groter maken, normaliseren.	Ja	SCHOOL GEZIN	N.v.t.

## BIJLAGE 3. UITKOMSTEN JONGERENMONITOR 2023



**ZWARTEWATERLAND**  
OPGROEIEN IN EEN  
KANSRIJKE OMGEVING

### Dialogsessie Zwartewaterland

Sandra Borsboom  
Tessa Overmars Marx  
GGD IJsselland



### Inhoud

1. Mentaal welbevinden
2. Middelengebruik
3. De omgeving
  - a. Gezin
  - b. Peergroup / leeftijdgenoten
  - c. School
  - d. Vrije tijd



### Deelnemers Zwartewaterland aan dit onderzoek

Jongeren in klas 2 en 4 VO | circa 680



Vragenlijst ingevuld | N=433

In Zwartewaterland wonen ongeveer 680 leerlingen die in VO-2 en VO-4 zitten.  
Hiervan hebben 433 de OKO-vragenlijst voldoende ingevuld (64%).



## 1. MENTAAL WELBEVINDEN

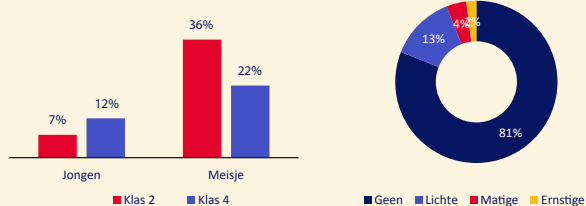
### Hoe gaat het met de jeugd in Zwartewaterland?

#### Mentaal welbevinden

De psychische gezondheid is gemeten aan de hand van 5 stellingen.

Deze stellingen gaan over hoe een jongere zich voelde in de afgelopen 4 weken. Bijvoorbeeld: 'Hoe vaak voelde je je neerslachtig en somber?'

Heeft psychische klachten (2023):

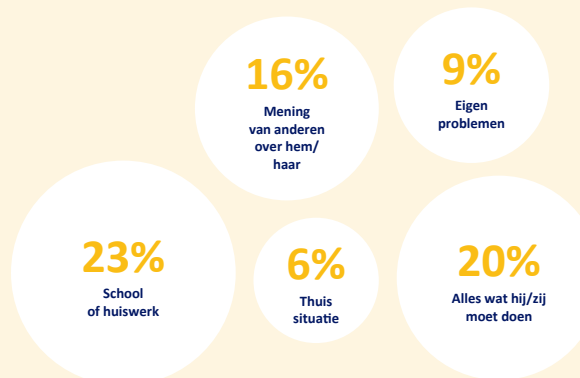


#### Mentaal welbevinden

**35%**

Geeft aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door één of meer factoren.

De belangrijkste bronnen van stress zijn:

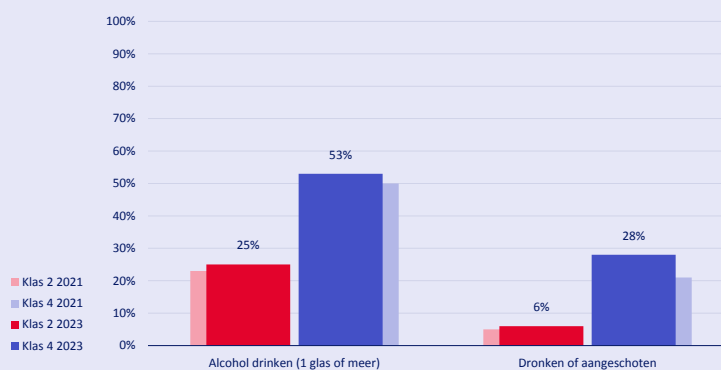


## 2. MIDDELENGEBRUIK

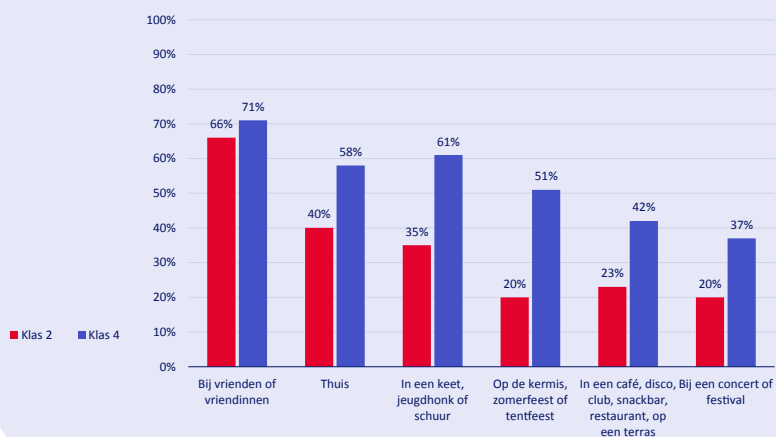
### Alcohol, roken, drugs

#### Alcoholgebruik in de laatste 4 weken

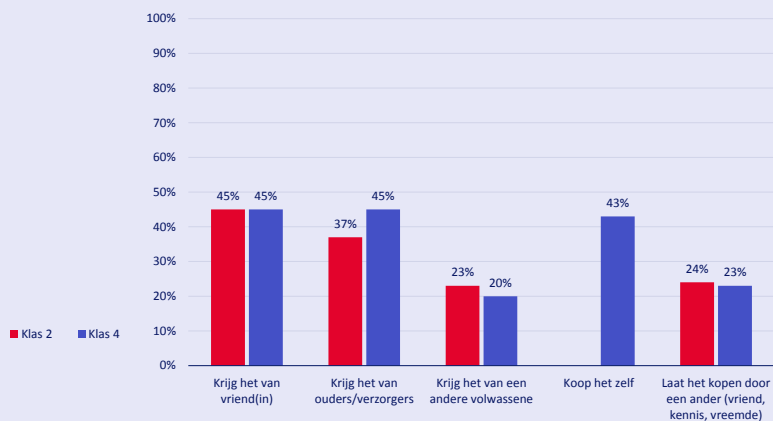
De gemiddelde leeftijd waarop jongeren hun eerste glas alcohol drinken is 13,1 jaar.



#### Waar wordt alcohol gedronken?

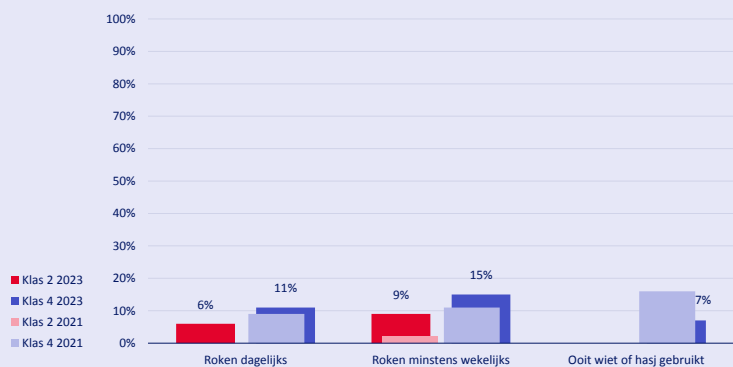


## Hoe komen jongeren aan alcohol?

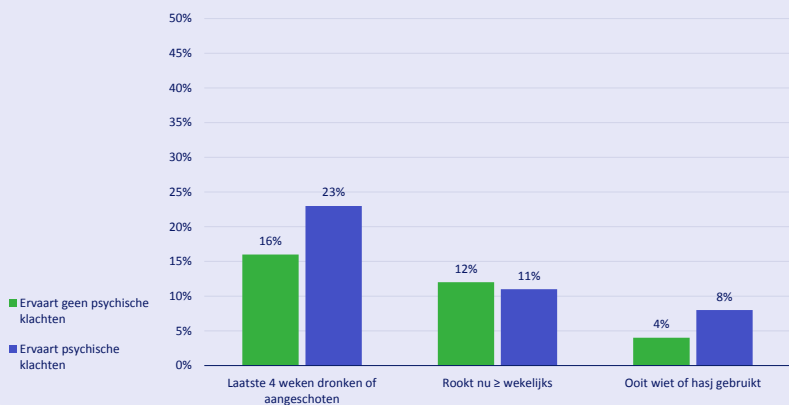


## Roken, vaperen en wiet/hasjgebruik

9% van de jongeren vaperen minstens wekelijks



## Samenhang: Middelengebruik hoger bij jongeren met psychische klachten



### 3. DE OMGEVING



Omgeving

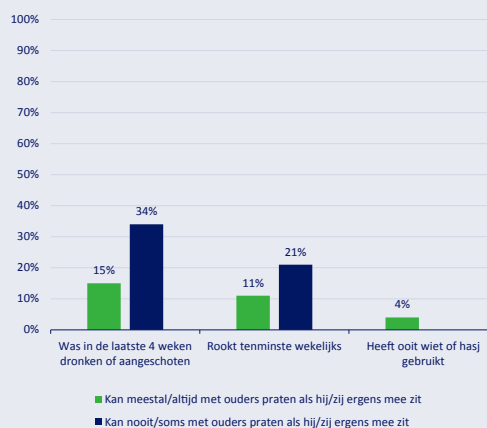
## Gezin



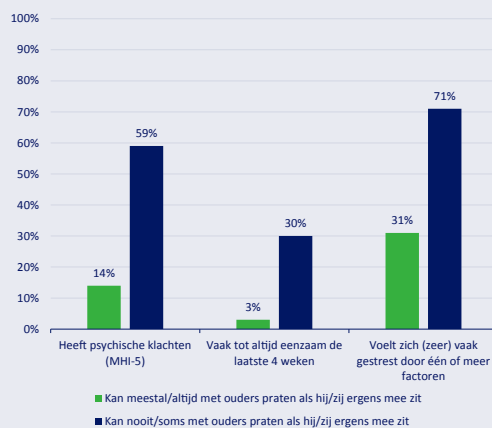
# 90%

van de jongeren kan meestal/  
altijd met hun ouders praten  
als hij/zij ergens mee zit

Jongeren die meestal/altijd met ouders  
kunnen praten, gebruiken minder  
middelen



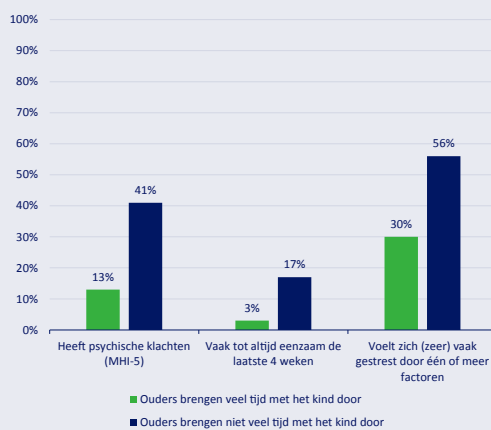
Jongeren die meestal/altijd met ouders  
kunnen praten, hebben minder  
psychische klachten



81%

van de jongeren geeft aan dat hun ouders veel tijd met ze doorbrengen

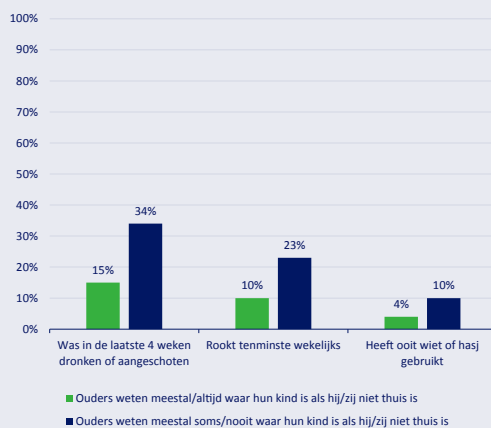
Jongeren die veel tijd met hun ouders doorbrengen, hebben minder psychische klachten



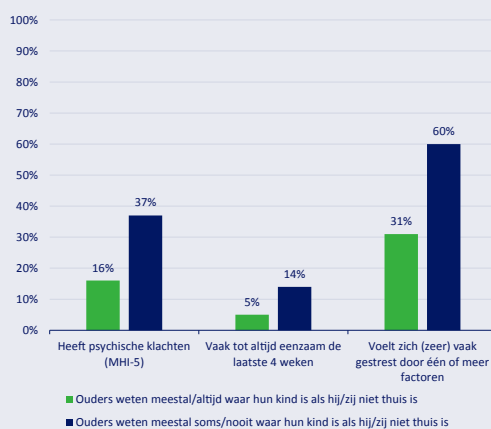
85%

van de ouders weten meestal of altijd waar hun kind is als hij of zij niet thuis is

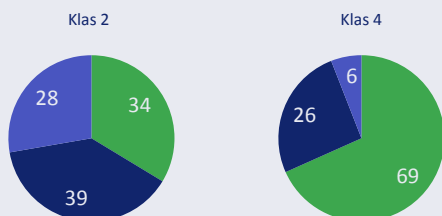
Jongeren waarvan ouders meestal/altijd weten waar hun kind is als hij/zij niet thuis is, gebruiken minder middelen



Jongeren waarvan ouders meestal/altijd weten waar hun kind is als hij/zij niet thuis is, hebben minder psychische klachten



## Groot deel ouders accepteert dat hun kind alcohol drinkt

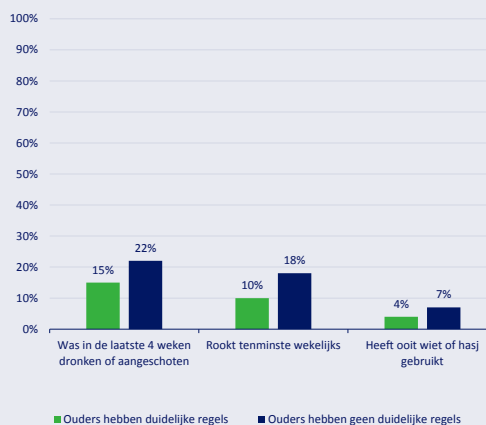


- Ze vinden het goed of zeggen er niets van
- Ze vinden dat ik minder alcohol zou moeten drinken, raden het af of verbieden het
- Ze weten het niet

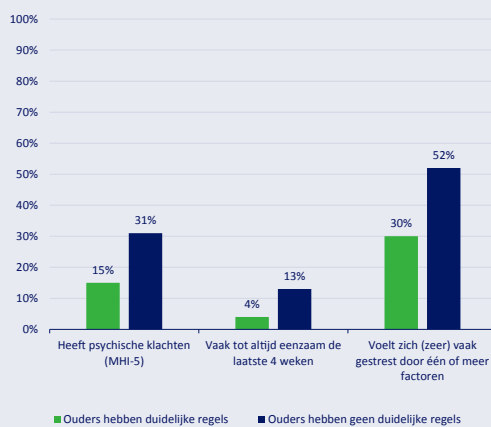
# 79%

van de jongeren geeft aan dat hun ouders duidelijke regels hebben over wat zij wel of niet mogen doen

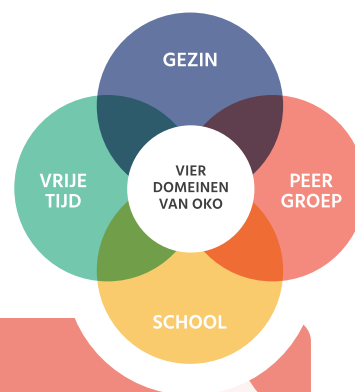
Jongeren waarvan ouders duidelijke regels hebben, gebruiken minder middelen



Jongeren waarvan ouders duidelijke regels, hebben minder psychische klachten

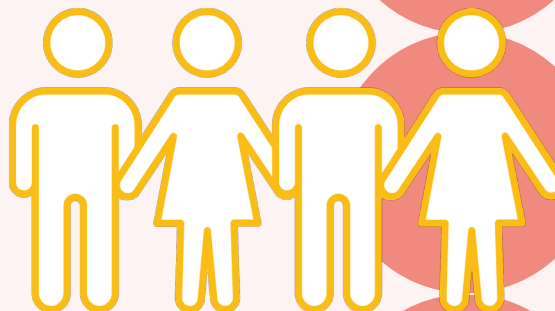


### 3. DE OMGEVING

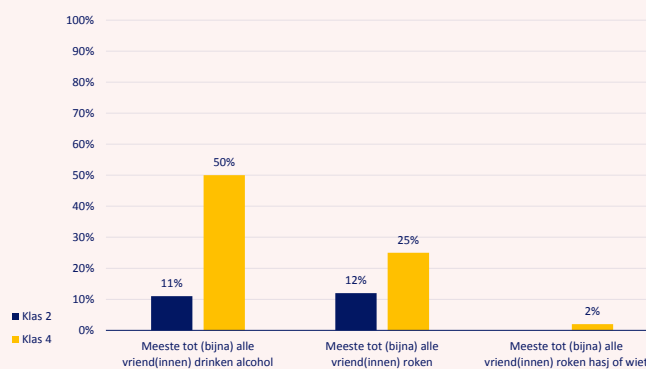


Omgeving

## Leeftijdsgenoten



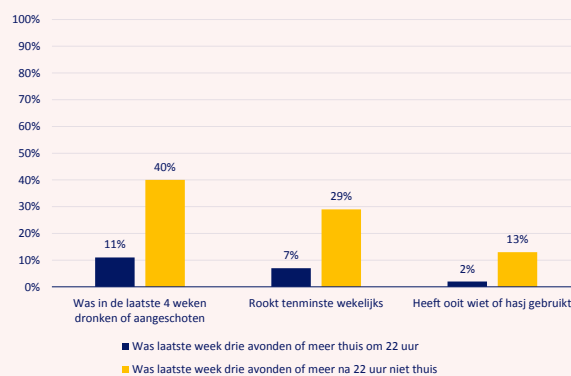
### Gebruik middelen door vrienden/vriendinnen



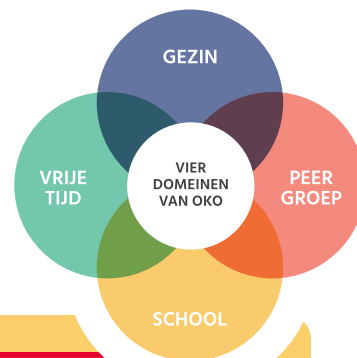
# 22%

van de jongeren was in de laatste week op drie of meer avonden na 22 uur niet thuis

Jongeren die de laatste week drie avonden of meer niet thuis waren na 22 uur, gebruiken meer middelen

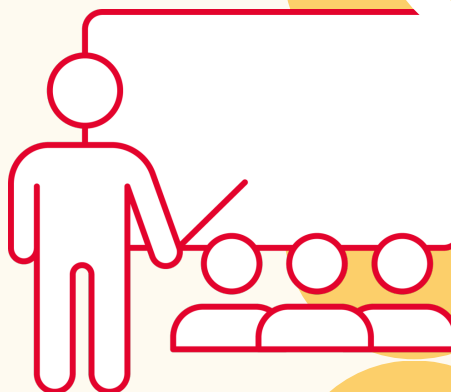


### 3. DE OMGEVING



Omgeving

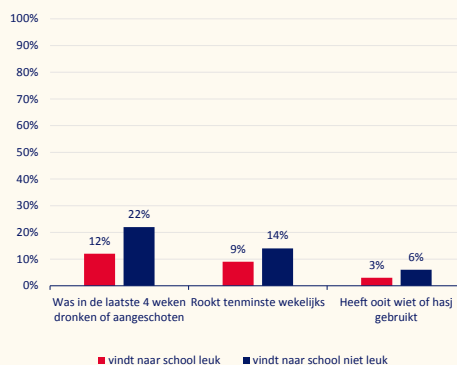
## School



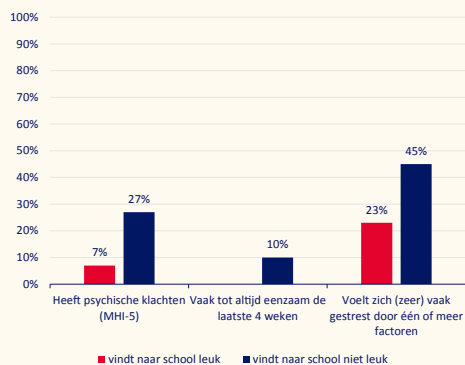
# 45%

van de jongeren vindt het leuk om naar school te gaan

Jongeren die naar school gaan leuk vinden, gebruiken minder middelen



Jongeren die naar school gaan leuk vinden, hebben minder psychische klachten

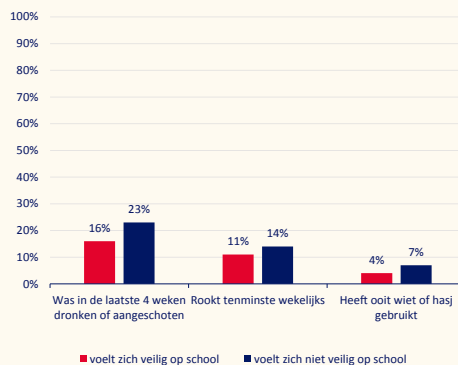




# 82%

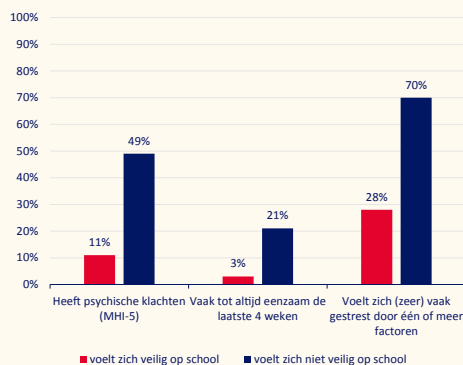
van de jongeren voelt zich veilig op school

Jongeren die zich veilig voelen op school, gebruiken minder middelen



# 66%

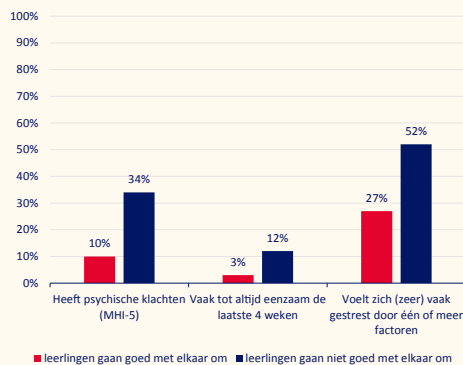
Jongeren die zich veilig voelen op school, hebben minder psychische klachten



# 66%

vindt dat leerlingen op school goed met elkaar omgaan

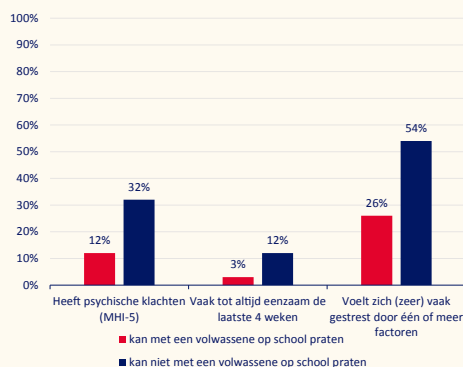
Jongeren die vinden dat leerlingen goed met elkaar omgaan op school, hebben minder psychische klachten



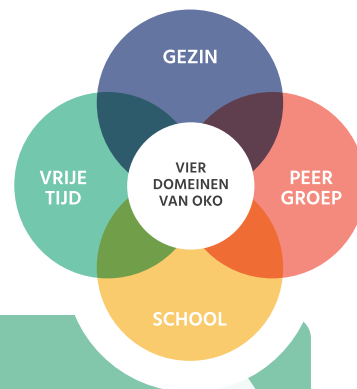
# 69%

kan met een volwassene op school praten

Jongeren die met een volwassene op school kunnen praten, hebben minder psychische klachten



### 3. DE OMGEVING



Omgeving

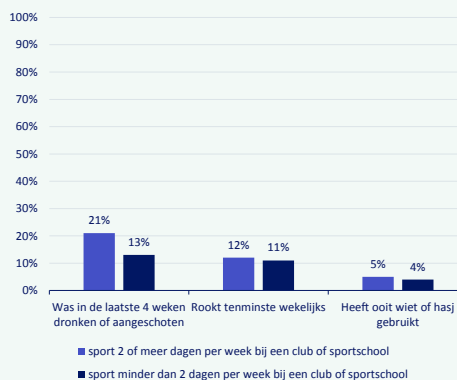
## Vrije tijd



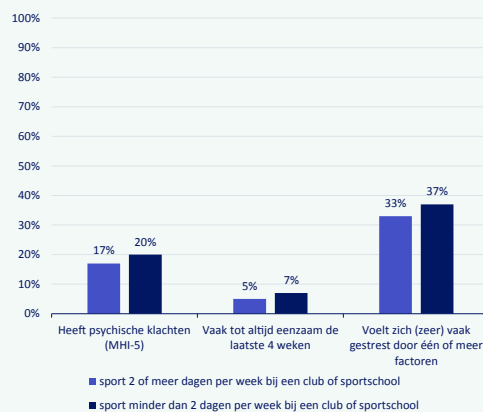
# 52%

port minimaal 2 dagen per week bij een club of sportschool

Jongeren die minimaal 2 dagen per week sporten bij een club of vereniging, zijn vaker dronken of aangeschoten



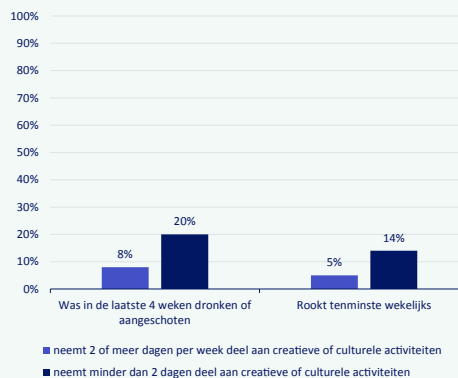
Jongeren die minimaal 2 dagen per week sporten bij een club of vereniging, hebben minder psychische klachten



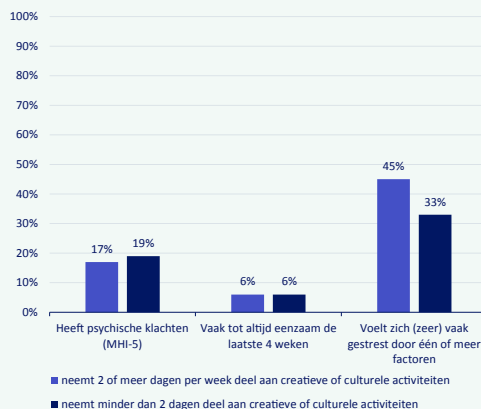
# 20%

van de jongeren neemt 2 of meer dagen per week deel aan creatieve of culturele activiteiten bij een club of vereniging

Jongeren die minimaal 2 dagen bezig zijn met creatieve of culturele activiteiten, zijn minder vaak dronken of aangeschoten en roken minder



Jongeren die minimaal 2 dagen deelnemen aan creatieve of culturele activiteiten, voelen zich vaker gestrest



## SAMENGEVAT

### Conclusies

- Het alcoholgebruik onder jongeren in klas 2 en 4 is hoog en zij kunnen op verschillende plekken gemakkelijk aan alcohol komen. Roken is toegenomen en wiet of hasjgebruik is afgenomen.
- Er is een verband tussen beschermende/risicofactoren met middelengebruik en mentale gezondheid

### Per domein:



- Meer dan de helft van de ouders van vierdeklassers vindt het goed dat hun kind drinkt.
- Jongeren die met hun ouders kunnen praten, gebruiken minder middelen en hebben minder psychische klachten.
- Jongeren waarvan de ouders duidelijke regels hebben of veel tijd met ze doorbrengen of op de hoogte zijn van waar zij zijn, hebben minder psychische klachten.



- Jongeren die de laatste week drie avonden of meer niet thuis waren na 22 uur, gebruiken meer middelen.



- Jongeren die naar school niet leuk vinden of zich niet veilig voelen, hebben vaker psychische klachten.
- Jongeren die vinden dat leerlingen goed met elkaar omgaan of goed kunnen praten met een volwassene op school, hebben minder psychische klachten.



- Jongeren die 2 of meer dagen sporten bij een club of sportschool zijn vaker dronken of aangeschoten. Jongeren die 2 of meer dagen per week deelnemen aan creatieve of culturele activiteiten, zijn minder vaak dronken of aangeschoten en roken minder. Deze groep ervaart wel meer stress.



## BIJLAGE 4. DE OKO-CHECKLIST

### HOE zetten we speerpunten om in plannen?

1. Welke wens hebben we voor dit speerpunt?  
Wat willen we graag bereiken?

3. Welke sterke punten en krachten zijn er in onze  
gemeenschap die helpen om het speerpunt voor  
elkaar te krijgen?

4. Wat doen we al om dit speerpunt te bereiken?

5. Wat kan er beter en wat hebben  
we nog nodig?

6. Wat kunnen we anders doen of welke  
activiteiten kunnen we toevoegen?

7. Welke eerste stap gaan we zetten?

DOMEIN:

SPEERPUNT:

Ja, ik wil actief worden voor OKO.  
Contactgegevens:

2. Wie is al betrokken bij dit speerpunt en wie kan er  
nog bij helpen?

### activiteiten *nieuw & bestaand*

#### OKO CHECKLIST

- Heeft de **activiteit** een relatie met het tegengaan van middelengebruik / versterken van de mentale gezondheid van jongeren?
- Heeft de **activiteit** een positieve invloed op jongeren?
- Richt de **activiteit** zich op de hele populatie jongeren, in plaats van op specifieke groepen (risico)jongeren?
- Als jongeren zelf deel gaan nemen aan de **activiteit**: zijn zij betrokken bij de ontwikkeling van de activiteit?

## BIJLAGE 5.

### UITGANGSPUNTEN EN WAARDEN

Onder de uitvoering van het OKOprogramma in Zwartewaterland liggen een aantal uitgangspunten en waarden. Deze sluiten aan bij de eigenheid van onze gemeente. Deze uitgangspunten blijven als bouwstenen gedurende de looptijd van OKO staan, ook al varieert de uitvoering tweejaarlijks.

- We werken **gemeenschapsgericht**. Dit houdt in dat we initiatieven van jongeren, ouders en maatschappelijke (aanstaande) partners waarderen en versterken, als ze de OKO doelen versterken. Het houdt ook in dat we er rekening mee houden dat ontwikkelingen in de samenleving grillig en onvoorspelbaar zijn. We ontwikkelen een gestructureerd programma, dat niet in beton is gegoten.
- De gedrags- en cultuurverandering waar OKO op inzet vereisen een **lange adem**, ook van de gemeente. Resultaten en effecten zullen niet snel zichtbaar zijn in de samenleving. Monitoring en onderzoek geven inzicht in de mate van gedragsverandering.
- OKO is **aanvullend** aan bestaande programma's. We vullen witte vlekken op in collectieve preventie/ gezondheidsbevordering en opvoedondersteuning.
- Bij de data uit de Jongerenmonitor zoeken we **ervaringsverhalen, signalen en belevingen** uit de praktijk. Hiermee ontstaat het bredere perspectief en 'het hele verhaal' achter de cijfers.
- We dragen bij aan de **ontwikkeling** van een **sterke preventieketen** die uit een doorgaande, samenhangende lijn bestaat van algemene preventie tot verslavingszorg.
- Speerpunten werken we zo veel mogelijk in samenhang, **clustergewijs** uit. Dit om fragmentatie in uitvoering en monitoring tegen te gaan: we gaan voor de lange termijn, voor het grotere plaatje en het overstijgende perspectief.
- Om '**OKO voor iedereen**' te laten zijn, investeren we extra in doelgroepen die niet zonder meer (maatschappelijk) deelnemen. We nemen hierbij risicofactoren voor middelengebruik in ogenschouw.
- We dragen bij aan de **doorontwikkeling** van **effectiviteit** van OKO en de aanpak van gezondheidsbevordering in de vorm van kennisdeling, leertrajecten en onderzoek.

