


# TR



# en gezonde leefstijl is een kwestie van lange adem



Hardenberg is een van de zes gemeenten in Nederland die meedoen aan een preventiepijl die gebaseerd is op een succesvolle methode in IJsland. Hoewel preventie een kwestie van lange adem is, zijn ze in Hardenberg nu al enthousiast over de werkwijze. Combinatiefunctaris Karin Kleinherenbrink is ervan overtuigd dat de aanpak op termijn tot mooie resultaten gaat leiden en dat er in de toekomst minder jongeren roken, drugs gebruiken en alcohol drinken.  LEON JANSSEN LOK



## “Bij ons is de gemiddelde leeftijd dat kinderen beginnen met het drinken van alcohol dertien. Wat vinden we daar eigenlijk van? Vinden we dat acceptabel? Nee dus”

– Marcel Smid

**H**et is zo'n twintig jaar geleden dat het 'IJslands preventie-model' werd geïntroduceerd. Sindsdien daalde het middelengebruik daar sterk en inmiddels behoren IJslandse jongeren tot de minst gebruikende in Europa. Dat wekte in de zomer van 2017 de interesse van Nederlandse gemeenten en landelijke partijen. Het Trimbos-instituut en het Nederlands Jeugdinstituut zetten daarom in samenwerking met ICSRA (Icelandic Centre for Social Research and Analysis) een pilot op waarin behalve Hardenberg ook Amersfoort, het samenwerkingsverband Kempen-gemeenten (Bergeijk, Bladel, Eersel, Reusel-De Mierden), Súdwest-Fryslân, Texel en Urk participeren.

### Preventie al lang op de agenda

Karin Kleinherenbrink is combinatiefunctionaris in de Overijsselse gemeente, waarin zo'n 60.000 mensen wonen, verspreid over 29 kernen, waarvan Hardenberg en Dedemsvaart de grootste zijn. "Mijn aandachtsgebied is middelengebruik: alcohol, drank en drugs, en dan natuurlijk gericht op het voorkomen van dat gebruik. Ik doe dat vanuit het team Sport binnen onze afdeling Maatschappelijk Domein, omdat dit thema een sterke relatie heeft met sport, bewegen en een gezonde leefstijl." Collega Marcel Smid, al langer werkzaam bij de gemeente en verantwoordelijk voor een groot aantal projecten op het gebied van sport en bewegen, schetst het grotere kader:

"We hebben hier veel kerkdorpen, met veel jongeren, met veel keten, met veel problemen rondom drank, drugs en roken. En dus heeft Hardenberg het thema preventie eigenlijk al heel lang op de agenda staan. We hebben meegedaan aan alle landelijke projecten om jongeren meer in beweging te krijgen en sinds 2014 zijn we JOGG-gemeente. Onze combinatiefunctionarissen (binnen ons team 3,5 fe) zetten zich bijvoorbeeld ook in voor projecten als de Gezonde School, Team:Fit (Gezonde Sportkantine) en Gezonde Kinderopvang."

### Community-based aanpak

Het risico op middelengebruik wordt bepaald door vier omgevingsfactoren: gezin, peergroep (vrienden en leeftijdsgenoten), school en vrije tijd. Kenmerkend aan de IJslandse aanpak is dat die 'community-based' is. Alle jongeren van tien tot twintig jaar worden jaarlijks via school door middel van een uitgebreide vragenlijst gemonitord. De resultaten worden besproken met onderzoekers, beleidsmakers en bijvoorbeeld ouders, scholen en organisatoren van jeugdactiviteiten.

Hoewel in IJsland ook landelijke maatregelen een rol spelen (tabak vanaf 18 jaar, alcohol vanaf 20 jaar) is het betrekken van de community cruciaal gebleken. Interventies op lokaal niveau waren de basis van het succes en het is dan ook juist dat aspect dat Hardenberg aansprak. Kleinherenbrink: "In IJsland zetten ze heel erg buitenschoolse activiteiten als sport en cultuur in om het middelengebruik

te verminderen. Jaarlijks krijgen bijvoorbeeld alle jongeren in Reykjavik een vrijetijdspas waar een bedrag van ongeveer 400 euro op staat. Die kunnen ze dan gebruiken voor georganiseerde sportlessen en culturele activiteiten. Maar ook de ouderbetrokkenheid en vrienden zijn erg belangrijk. Toen ik hier net werkzaam was, was ik in mijn ogen vooral bezig met brandjes blussen: 'er is een probleem, laten we daarop inspelen'. Terwijl je eigenlijk aan de voorkant iets wil gaan veranderen. Je wil niet dat jongeren gaan beginnen te roken, want dan hoef je het ook niet op te lossen aan de achterkant."

### Lokale identiteit

Verschillen tussen IJsland en Nederland zijn er volop. In IJsland is de samenstelling van de bevolking veel homogener dan bij ons, gaan jongeren vrijwel allemaal in hun eigen gemeente naar school, is er een veel minder sterke relatie tussen sportbeoefening en alcoholgebruik (geen alcohol in sportkantines bijvoorbeeld), worden sportactiviteiten vooral begeleid door professionals en staan ouders waarschijnlijk anders tegenover alcoholgebruik dan Nederlandse ouders. De pilot dient om te kijken of het IJslandse model ook toepasbaar is voor Nederland.

Kleinherenbrink gelooft er in ieder geval sterk in: "Op de lange termijn gaat die aanpak ook bij ons werken. Het middelengebruik in IJsland is in twintig jaar tijd van 40 procent naar





7 procent gegaan. Dat is heel veel. Wij zijn een plattelandsgemeente, daar is het heel normaal om te gaan drinken. Daar hadden we dus al aandacht voor, maar we hadden nog niet de juiste snaar geraakt. Het is net als met roken, dat is inmiddels toch wat minder geaccepteerd dan twintig jaar geleden. Het is een langetermijnproces dat je moet oppakken in combinatie met aandacht voor gezondheid en bewegen.”

Smid vult aan: “Je wil aan de voorkant zaken voorkomen om in de toekomst aan de cijfers te zien dat het verbetert. Je moet ook kijken naar je eigen situatie en niet denken: ‘die gemeente staat er nog slechter voor dan wij, dus het valt eigenlijk wel mee’. Bij ons is de gemiddelde leeftijd dat kinderen beginnen met het drinken van alcohol dertien. Wat vinden we daar eigenlijk van? Vinden we dat acceptabel? Nee dus. En dan moeten we dat dus structureel aanpakken, met een lokale aanpak, want elke kern heeft z’n eigen identiteit.”

### **Dedemsvaart als afgebakende situatie**

De gemeente is het project twee jaar geleden gestart, vooralsnog alleen in Dedemsvaart. Kleinherenbrink legt uit waarom: “Dat is een overzichtelijk dorp, met 16.000 inwoners die trots zijn op hun doen en laten. Er zijn twee scholen en de meeste jongeren gaan ook

naar die scholen. In Dedemsvaart hebben we dus een afgebakende situatie.” Daarbij komt dat ook partners als politie, maatschappelijk werk, jongerenwerkers, scholen en huisarts in Dedemsvaart al erg gemotiveerd waren om met het onderwerp aan de slag te gaan. In oktober 2018 werd de eerste meting gedaan en in februari werden de cijfers bekend. Kleinherenbrink: “We hebben toen alle partners aan tafel gezet en de resultaten met elkaar besproken. Wat vind je ervan, herken je het, vind je het normaal, ben je ervan geschrokken? We hebben prioriteiten gegeven aan bepaalde thema’s en in de loop van de tijd hebben we dat verder uitgebouwd. Al snel kwam naar voren: als we iets met middelengebruik willen, moeten we juist ook op ouderbetrokkenheid en vrijetijdsbesteding inzetten. Want jongeren hebben het in principe druk genoeg met naar school gaan, huiswerk maken, chillen en sporten bij de vereniging. Maar in de weekenden, vakanties en bijvoorbeeld ook nu in coronatijd is er verder niet veel voor ze te doen en dus ziet de politie dan meer overlast en meer rotzooi op straat. Jongeren komen dan eerder in de verleiding naar middelen te grijpen.”

### **Zinvolle vrijetijdsbesteding**

Er wordt inmiddels gewerkt met een focusgroep vrije tijd. “We weten dat als je een

zinvolle invulling hebt van de vrijetijd, dat dat een beschermende factor is”, verklaart Kleinherenbrink. “Vandaar dat je dat goed wil faciliteren. In de zomer hebben we daarom bijvoorbeeld een zomerchallenge opgezet. Dat ging een beetje onder stoom en kokend water omdat vanwege corona natuurlijk alles anders was, maar dat werd al met al heel positief ontvangen. Jongeren konden zich als vriendengroep inschrijven voor activiteiten zoals kanovaren, suppen, paintballen en kickboksen. Zo’n 200 jongeren hebben eraan meegedaan. Het is misschien geen enorm aantal, maar als we niks hadden georganiseerd, was er ook niks gebeurd. Het is wel belangrijk om de jongeren zelf bij het organiseren van het aanbod te betrekken, dat moet je niet door alleen volwassenen laten doen.”

Met cultuurkoepel Vechtdal en de jongerenwerkers van De Stuw wordt ook voor de komende vakanties weer een programma neergezet. Smid vertelt dat er ook jongeren worden geworven voor een activiteitenteam: “Via het voortgezet onderwijs en de vakleerkrachten willen we een aantal jongeren een bijbaantje in de sport bieden, waar ze dan zo’n vijftig euro in de maand voor kunnen krijgen. Ze draaien dan mee in het organiseren van activiteiten en worden geschoold op het gebied van pr en communicatie. Het moet eigenlijk een statussymbool worden,

“Als je de omgeving rookvrij maakt, komen ze er niet mee in aanraking. Zorg dat de omgeving niet uitdaagt om het ongezonde te doen”

– Karin Kleinherenbrink



zo'n lidmaatschap van dat team. En ook het welzijnswerk kijkt of ze op dat gebied wat interessante bijbaantjes kunnen creëren. Het hebben van een baantje is tenslotte ook een goede beschermingsfactor: er is minder aanleiding om te gaan drinken, zowel op de dag zelf als de avond van tevoren.”

### Ouderbetrokkenheid

Naast de focusgroep vrijetijd is er een focusgroep ouderbetrokkenheid in het leven geroepen. Voor veel ouders is het lastig om met hun kind te praten over drank, roken en drugs, ook omdat het er bij andere kinderen thuis anders aan toe gaat. Smid: “Wij merken dat als je sessies organiseert waarbij je met ouders praat over deze problematieken, je tot meer overeenstemming komt over wat normaal is. Ouders voelen zich gesterkt als ze merken dat andere ouders dezelfde mening hebben.”

Inmiddels zijn er zo'n vijftien ouders die regelmatig bij elkaar komen om het over dit onderwerp te hebben. Je moet werken vanuit de plek waar energie zit, vinden beiden. Kleinherenbrink noemt een succesvol voorbeeld dat een rechtstreeks gevolg is van de vergrote ouderbetrokkenheid: “Met carnaval

liep een groep ouders mee in de optocht met sandwichborden met daarop een kruis door een brandende sigaret, een bierflesje, een wietplantje, een paar pillen én de tekst ‘Nee, omdat ik van je hou’. Ook de scholen in Dedemsvaart dragen hun steentje bij door op de ouderavond voor brugklassers ouders kennis met elkaar te laten maken. “Heel goed”, geeft Kleinherenbrink aan. “Ken de kinderen waar je kind mee omgaat, maar ken ook de ouders. Op de basisschool is dat prima te doen, maar op de middelbare school wordt het een ander verhaal.”

### Strijd op meerdere fronten

Kleinherenbrink en Smid zien dat het alles bij elkaar een kwestie van een lange adem is en dat de strijd op meerdere fronten gestreden moet worden. Het realiseren van een gezonde sportkantine kan soms gewoon pas als die ene man of vrouw – die al jarenlang het gezicht is van de kantine – het toneel verlaat. Als een ouder die lid is van een sportvereniging, het onderwerp aankaart binnen die vereniging, heeft dat vaak meer effect dan wanneer de gemeente dat doet. En bij het vinden van plekken waar jongeren op een veilige manier kunnen verblijven, stuit je

op weerstand en verantwoordelijkheids- en veiligheidsvraagstukken. Smid: “Het vergt van iedereen aanpassingen, ook van ons als gemeente. Aan een verandering in een accommodatie moet je misschien andere eisen stellen. Een kantine voor een voetbalclub is leuk, maar je kunt zo'n voorziening ook meer een wijkfunctie geven en overdag beschikbaar stellen voor biljarters of welzijnsactiviteiten.” Een ander voorbeeld is het onlangs gestarte talentontwikkelingsproject ‘Je beste jij’ waarbij kinderen worden getest op hun beweegvaardigheid. Smid: “Voor kinderen met motorische problemen zijn er al ondersteuningsprogramma's, maar voor kinderen die juist bovengemiddeld goed zijn in bewegen, is er maar weinig. Als die zich op hun eigen niveau kunnen doorontwikkelen, kunnen ze er ook in hun vrije tijd mee gaan doen.”

### Succes niet gegarandeerd

Er wordt dus op verschillende fronten ingezet, en dat is hard nodig, vindt Kleinherenbrink. “Eigenlijk is onze sportomgeving helemaal niet zo'n veilige omgeving. In de sportkantine drinken de jongens uit de A1 bij wijze van spreken hun eerste biertje. Ook daar zullen we aan moeten werken. Net als



aan goede begeleiding: een trainer die oog heeft voor het kind en zijn of haar omgeving is een beschermende factor. Met de zomerchallenge werkten we veel met commerciële aanbieders. Die hebben vaak iemand in dienst met een sportopleiding als achtergrond, die is pedagogisch toch beter geschoold dan de gemiddelde vader die jeugdtrainer is geworden, ondanks alle goede bedoelingen waarmee die dat natuurlijk doet." Maar zelfs met een brede aanpak is succes niet gegarandeerd. Zo lang grote snoepabrikanten op tv hun commercials blijven vertonen, zijn lokale maatregelen - somber gedacht - slechts een druppel op een gloeiende plaat, vinden de twee. En ook het feit dat de politiek tegenwoordig gefocust is op kortetermijnresultaten maakt het er niet eenvoudiger op. Om nog maar te zwijgen van de financiële problemen waarmee veel gemeenten kampen vanwege de tekorten in de jeugdzorg.

### Lange adem

Toch zijn Smid en Kleinherenbrink overtuigd van de aanpak. "Ja, het is lastig: we geven onszelf twintig jaar, maar wil je resultaten halen dan moet dat eigenlijk in vier jaar tijd gebeuren als het aan de politiek ligt. Preventie is

echter iets van de lange adem, daar moet je geloof in hebben. Daar moet je mee bezig zijn in de hoop dat het effect gaat hebben op de lange termijn. We hopen met cijfers te kunnen laten zien - en vandaar dat die monitoring ook zo belangrijk is, dat als we hier aan de voorkant in investeren, het aan de achterkant rendement heeft. En dat we dan in die periode van twintig jaar ook langzaam effecten gaan zien." Zal de volgende monitoring in oktober, in Dedemsvaart, maar voor het eerst ook in het centrum van Hardenberg, al effecten laten zien? "Dat denk ik eerlijk gezegd niet", zegt Kleinherenbrink. "De periode is nog te kort geweest, bovendien heeft corona de situatie natuurlijk danig beïnvloed."

### Positief stimuleren

De pilot loopt tot en met 2021, maar het is nu al wel duidelijk dat de werkwijze daarna niet zal eindigen. Kleinherenbrink: "Het past heel goed bij wat we de afgelopen vier tot zes jaar al hebben gedaan met de gezonde omgeving. Het IJslands model wordt straks gewoon het 'model gezonde gemeente', door een aantal interventies die vanuit IJsland komen en door onszelf als positief worden ervaren, in te bedden." Een écht toegevoegde waarde vindt ze

het in gesprek gaan met de omgeving van de jongeren op basis van de cijfers en het gezamenlijk prioriteiten stellen. "Dat kan ik iedereen aanraden, bizar eigenlijk dat we dat nooit eerder hebben gedaan." Op de vraag of het niet raar is dat er niet met de jongeren zelf wordt gesproken, stelt ze resoluut: "Nee hoor. We zeggen: we bouwen om de jongeren heen, we willen de omgeving van de jongeren beter maken. Als je specifiek naar de pubers gaat, komt het vaak belerend over. Maar als je de omgeving eromheen rookvrij maakt, komen ze er niet mee in aanraking. Dat is positief stimuleren; zorg dat de omgeving niet uitdaagt om het ongezonde te doen."

### De kracht van gewoon doen

Langzaam groeit het besef dat er iets moois gaande is in Hardenberg, de volgende stap is nu de succesjes ook uit te dragen. Kleinherenbrink: "Daar kunnen we echt nog wel beter in worden. We hebben nu alleen een nieuwsbrief voor de mensen die actief zijn en eens per maand een nieuwsberichtje of een fotootje op Instagram." Smid beaamt dat en vult aan: "We willen er eigenlijk naar toe dat de school, de sportvereniging of de huisarts erover gaat communiceren. Dat kost tijd, maar we zien wel heel langzaam gebeuren dat de boodschap vanuit verschillende hoeken komt."

Hoe dan ook: het is duidelijk dat ze in Hardenberg enthousiast zijn. "Het is gewoon een heel leuke manier om het over dit onderwerp te hebben. 'De kracht van gewoon doen' is de slogan van onze gemeente, dat heeft ook hier betrekking op. Het IJslands model is heus geen wondermiddel. Maar het is wél een project dat onderdeel is van de gemeenschap: van de sportvereniging, van de school, van de kerk, van de huisarts, van de jongeren. ■