



WAT KAN IK ZEGGEN ALS IK GEEN ALCOHOL WIL DRINKEN?

Door De Druglijn | 11-14 jaar

Hoe ouder je wordt, hoe groter de kans dat iemand je eens een glas bier of iets anders aanbiedt.

Jij kiest ervoor om geen alcohol te drinken? Top. Jij weet misschien al dat jongeren extra kwetsbaar zijn voor alcohol: je lichaam is nog niet helemaal volgroeid, je weegt minder en ook je hersenen zijn nog in ontwikkeling. Volgens de wet mag je alcohol (bier en wijn) drinken vanaf je zestien jaar, maar niemand zegt natuurlijk dat je dat moet doen. Alleen, hoe zeg je 'neen', als al je vrienden wel drinken?

Hoe zeg ik neen?

Het is zeker niet altijd even makkelijk om neen te zeggen, maar je hoeft ook niets te doen wat je zelf niet wil.

Zeg eerlijk dat je geen alcohol wil drinken, want...

- je kan je ook wel zonder alcohol amuseren.
- je vindt alcohol niet lekker.
- je drinkt geen alcohol omdat je veel sport.
- je vindt het niet nodig.
- het mag niet van je geloof.
- je vindt het ongezond of gevaarlijk
- je mag volgens de wet geen alcohol drinken
- alcohol is schadelijk voor je hersenen
- ...

Kom gerust op voor jouw eigen mening. Wie het echt goed met je voorheeft, respecteert toch ook jouw mening, niet?

FOTO: Ethan Hu

PRAAT EROVER



Chat met De Druglijn

Ma/di/do/vr: 15-18u, wo: 14-17u



Mail met De Druglijn

Antwoord binnen 5 werkdagen



Bel met De Druglijn

Op 078 15 10 20, ma-vr: 10-20u



Skype met De Druglijn

Ma-vr: 12-20u. Uit respect voor je anonimiteit zonder webcam.