

## UITGAAN: VANAF WELKE LEEFTIJD?

‘Ik wil uitgaan’. Het is een mededeling die steevast voor de nodige discussies en onderhandelingen zorgt in menig gezin. Maar wat zegt de wet hierover? En wat als je kind met drugs in aanraking komt?

Vanaf welke leeftijd uw kind mag uitgaan, is gedeeltelijk vastgelegd in de wet: op het betreden van bepaalde gelegenheden staat immers een minimumleeftijd.

**Bioscoop:** De leeftijdslabels voor filmvertoningen in Vlaanderen liggen in principe op 12 jaar, 16 jaar en 18 jaar, maar het is al jaren wachten op een (federale) wetswijziging die dit juridisch onderbouwt. Als ouder heb je het recht om je minderjarige kind te verbieden een bepaalde film te zien. Probeer je altijd te informeren over de inhoud van de film die je kind wilt bekijken.

**Goktenten:** Speelautomatenhallen en casino’s zijn verboden voor iedereen onder de 21 jaar. Speeltenten in pretparken of op kermissen zijn dan weer wel voor iedereen toegankelijk. Voor lunaparken is het de gemeentewet die de minimumleeftijd bepaalt. Dit kan van gemeente tot gemeente verschillen.

**Cafés en dancings.** Tot hun 15de jaar moeten kinderen hier altijd begeleid worden door een meerderjarige. Vanaf 16 jaar hoeft dat niet meer, maar is de consumptie van sterke alcoholhoudende dranken verboden (**ZIE VERDER**). Spelen op een gokautomaat mag evenmin onder de 18 jaar.

**Fuiven.** In principe is de regel hier dezelfde als voor dancings, tenzij het gaat om een dansgelegenheid zonder winstgevend doel. Een min-zestienjarige mag dus wel alleen verschijnen op een schoolbal of de fuif van zijn jeugdvereniging.

### Meer info:

[www.fuifpunt.be](http://www.fuifpunt.be)

[www.jongerenplaneet.be](http://www.jongerenplaneet.be)

## HANGJONGEREN

De ‘hangjongeren’ zijn frequent het voorwerp van maatschappelijke debatten. Maar wat verstaat men daar eigenlijk onder? Ook uw kind zal misschien wel eens doelloos met zijn vrienden ‘rondhangen’ in het shoppingcentrum of in het stadspark.

Een echt probleem wordt het pas als die jongeren daarbij voor **overlast** zorgen, bijvoorbeeld met lawaai, graffiti of wildplassen. Sommige gemeenten leggen daarvoor **boetes** op aan jongeren vanaf 16 jaar.

In sommige landen proberen burgers die jongeren weg te jagen met een ‘**Mosquito**’, een apparaatje dat een vervelend ultrasoon geluid uitstuurt dat alleen jongeren kunnen horen. Gelukkig is dat toestel in de meeste gemeenten verboden. Ook de Raad van Europa heeft een aanbeveling tegen de verkoop en het gebruik van de Mosquito. Merk je het gebruik ervan toch op, verwittig dan de politie en/of [het Kinderrechtencommissariaat](#) op 02-552 98 00

Indien je vindt dat je kind teveel op straat ‘hangt’, kan je contact opnemen met lokale verenigingen rond jeugdwerk. Zoek verenigingen in je buurt op [www.jeugdwerk.be](http://www.jeugdwerk.be)

## ALCOHOL

Ook op de consumptie van alcohol staan strenge wettelijke limieten, die helaas niet altijd en overal gerespecteerd worden.

Jonger dan 16

De verkoop of het schenken van alcohol aan jongeren onder de 16 jaar is in ons land verboden. Met alcohol bedoelt men alle alcoholhoudende dranken van meer dan 0.5% vol., zoals bier en wijn.

Het gaat om een totaalverbod dat dus ook geldt in winkels en zelfs in de huiselijke kring. Geeft je 15-jarige zoon of dochter thuis een feestje mét alcohol, denk er dan aan dat je mogelijk opdraait voor de gevolgen als er nadien iets fout loopt.

Als ouder doe je er trouwens goed aan om de wet op dit punt strikt na te leven. Bij kinderen onder de 16 kan het gebruik van alcohol nog een invloed hebben op de ontwikkeling van de hersenen, wat dan weer kan leiden tot allerlei lichamelijke en fysieke afwijkingen.

Vanaf 16 jaar

Vanaf de leeftijd van 16 jaar mogen jongeren alcohol drinken, maar geen “**sterke dranken**”. De definitie wettelijke van “sterke drank” is vrij complex, maar het gaat in de praktijk onder meer om de populaire ‘**breezers**’ en alcoholpops en om **gedistilleerde** dranken. Ook ‘mengvormen’ zoals whisky-cola of gin-tonic zijn niet toegestaan. Een pintje, een glaasje wijn en aperitieven zoals porto of martini mogen wel.

Specialisten raden aan om de alcoholconsumptie tussen 16 en 18 jaar te beperken tot 1 à 2 ‘standaardglazen’ per keer, en niet meer dan 2 keer per week - zonder dat dit een wekelijkse gewoonte mag worden. Een ‘standaardglas’ is de hoeveelheid alcoholhoudende drank die in het overeenkomstige type glas wordt geschonken. Een pint bier bevat bijvoorbeeld evenveel alcohol als een dreupelglaasje jenever.

De wetgeving geeft de grenzen aan, maar daarbinnen kunt u uiteraard uw eigen regels opstellen. Doe dat ook, leg ze uit aan uw kind en reageer als hij of zij zich niet aan de afspraken houdt.

Heeft je kind een **problematisch alcoholgebruik**, dan kan je onder meer terecht op deze websites:

[www.vad.be](http://www.vad.be)

[www.alcoholhulp.be](http://www.alcoholhulp.be)

## ROKEN

De verkoop van tabaksproducten is in ons land verboden aan jongeren onder de 16 jaar. Maar ondanks die wetgeving is het roken bij jongeren allerminst uitgebannen.

Jongeren die regelmatig roken - bij oudere tieners is dat nog altijd één op de vier - zijn daar meestal mee begonnen tussen de leeftijd van 14 en 17 jaar. Maar dat betekent niet dat nog jongere kinderen geen gevaar lopen: de ‘basis’ van het rookgedrag wordt immers vaak gelegd tussen 10 en 13 jaar, wanneer ze met vriendjes of klasgenoten wel eens met tabak durven experimenteren.

Licht je kinderen daarom al op jonge leeftijd voor over de risico’s van roken, met **feiten en cijfers**:

Tabaksrook bevat meer dan 4000 **chemische stoffen**. De meest schadelijke bestanddelen zijn teer, koolstofmonoxyde en nicotine.

Teer is een kankerverwekkende stof, en de regelmatige inhalatie ervan kan tot **longkanker** leiden. Dat is een pijnlijke ziekte met een erg lage overlevingskans (minder dan 10%).

Door te roken wordt het zuurstof in je bloed verdrongen door koolstofmonoxyde en krijg je een chronisch zuurstofgebrek, waardoor je hart extra hard moet 'werken'. Dat verhoogt het risico op **hart- en vaatziekten** gevoelig.

Nicotine is de **giftige stof** die zorgt voor het verslavende effect van tabak. Nicotine verhoogt de hartslag en de bloeddruk, vermindert de eetlust, vernauwt de bloedvaten, versnelt de ademhaling en verhoogt de maagzuurproductie en de darmwerking.

Maak je kinderen duidelijk dat de **eerste sigaret** de gevaarlijkste is. 'Verslaving' is voor jongeren vaak een abstract concept: ze zijn ervan overtuigd dat ze zullen kunnen stoppen wanneer ze dat willen. In de praktijk is dat voor meer dan negen op de tien jonge rokers niet het geval. Uit onderzoek blijkt dat het voor jongeren [net zo moeilijk is om te stoppen met roken](#) als voor volwassenen.

En, **LAST BUT NOT LEAST**: roken is **peperduur**! Wie elke dag een pakje van een bekend merk rookt, heeft na een jaar liefst 1.679 euro in rook doen opgaan. Indien je kan stoppen en je rookgeld voortaan belegt tegen een rente van pakweg drie procent, dan heb je na tien jaar bijna 20.000 euro vergaard!

Een populair rookinstrument bij jongeren is de **waterpijp**. Heel wat jongeren grijpen ernaar omdat ze ervan overtuigd zijn dat hij minder schadelijk is dan sigaretten, maar niets is minder waar. Een uurtje aan een waterpijp lurken staat gelijk aan het roken van liefst 100 sigaretten, [aldus de Nationale Coalitie tegen tabak](#).

Stoppen met roken?

De ziekteverzekering betaalt sinds kort een deel van de kosten terug voor erkende **rookstopprogramma's**. Hiervoor bestaat geen leeftijdsgrens.

De terugbetaling bedraagt 30 euro voor de eerste consultatie en 20 euro voor de volgende, met een maximum van 8 consultaties in twee kalenderjaren.

Zwangere vrouwen krijgen 30 euro terug, met een maximum van 8 consultaties per zwangerschap. Meer info bij uw ziekenfonds of bij de [Vlaamse Vereniging voor Respiratoire Gezondheidszorg en Tuberculosebestrijding \(VRGT\)](#), de instelling die de erkenning verleent aan tabakologen.

Zoek [hier](#) een erkende tabakoloog

Meer info

[www.tabakstop.be](http://www.tabakstop.be)

[www.komopenstop.be](http://www.komopenstop.be)

[Vlaamse Liga tegen Kanker](#)

[VRGT](#)