



# Bullshit Free Generation

Jij doet toch ook mee?

VLAAMS INSTITUUT  
**GEZOND  
LEVEN**

## Check de korte video



YouTube Zoeken

The video thumbnail shows a corkboard with a red "IDEEËNBUS" (Idea Box) at the bottom left. On the board, there is a circular logo for "BULLSHIT FREE GENERATION" with a red fist icon, a photo of three people with the hashtag "#BULLSHITFREEGENERATI", and a newspaper clipping titled "Stella Matutin... school voor tabaksoverventieproject 'Bullshit Free'".

ONTKRACHT DE  
**BULLSHIT**  
IN JOUW SCHOOL

IDEEËNBUS

Stella Matutin... school voor tabaksoverventieproject 'Bullshit Free'

0:13 / 0:26

Bullshit Free Generation  
359 weergaven

4 0 DELEN OPSLAAN ...



Waarom?



Wat?



Hoe?



Ondersteuning

VLAAMS INSTITUUT

**GEZOND  
LEVEN**



# Waarom?

Het belang van tabakspreventie in het onderwijs

VLAAMS INSTITUUT

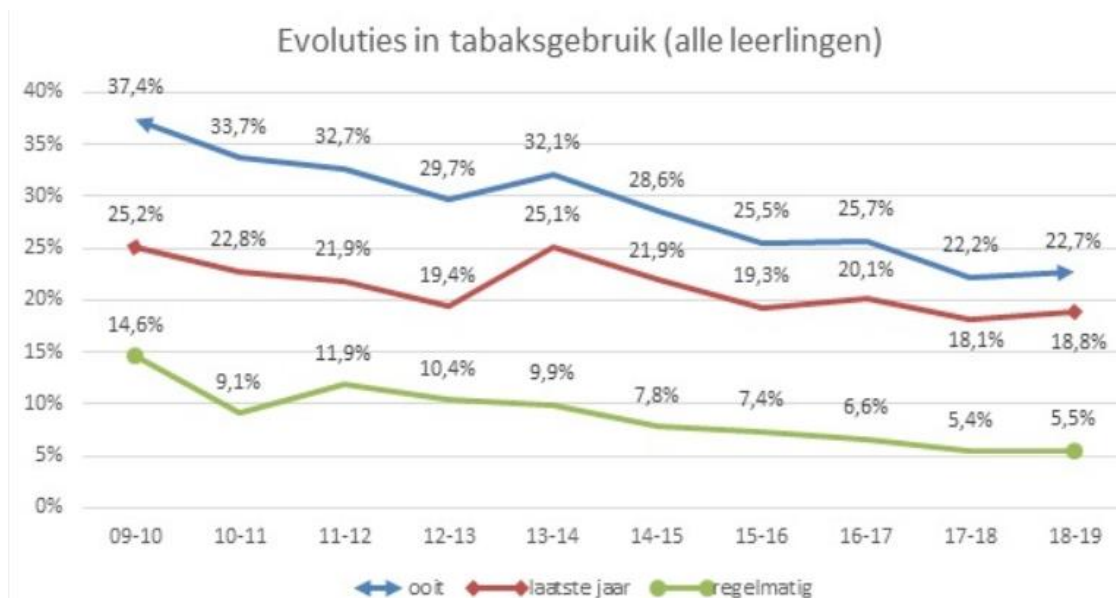
**GEZOND  
LEVEN**

# Het belang van tabakspreventie in het onderwijs

Is het noodzakelijk? Absoluut.

- De daling van tabaksgebruik bij jongeren is voor het eerst in tien jaar gestopt.

Leerlingenbevraging 2018-19 Vlaams expertise centrum Alcohol en andere Drugs (VAD)



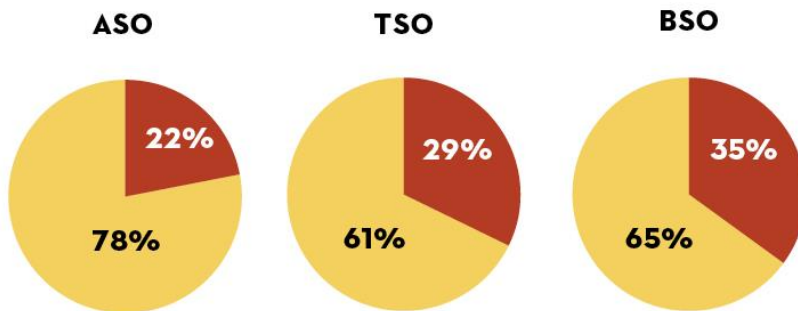
# Het belang van tabakspreventie in het onderwijs

Is het noodzakelijk? Absoluut.

- Roken blijft hoog, vooral in TSO en BSO.

## LEERLINGENBEVRAGING 2018-19

(VLAAMS EXPERTISECENTRUM ALCOHOL EN ANDERE DRUGS (VAD))



**Te veel jongeren experimenteren met tabak.** In het TSO en vooral BSO gebruiken leerlingen meer (e-)sigaretten dan in het ASO. Het laatste jaar gebruikte een op zes leerlingen de e-sigaret, maar dan vooral om te experimenteren. De grote meerderheid stopt ook weer met experimenteren.



 (heeft ge)rookt in het laatste jaar

 rookt niet



# Het belang van tabakspreventie in het onderwijs

Is het noodzakelijk? Absoluut.

LEERLINGENBEVRAGING 2018-2019 (Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs (VAD))

**BEGINLEEF TIJD  
15,2 JAAR**

**MAAR 1 OP 2  
IS 16 JAAR OF OUDER**

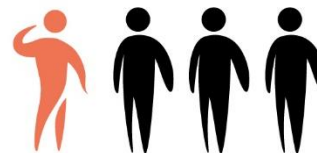
15 en 16-jarigen in Vlaanderen



■ voorbije jaar gerookt (25,2%)

■ voorbije jaar niet gerookt (74,8%)

17 en 18-jarigen in Vlaanderen



■ voorbije maand gerookt (23,1%)

■ voorbije maand niet gerookt (76,9%)

# Het belang van tabakspreventie in het onderwijs



Zijn de cijfers problematisch? Jazeker.

- Tabak is en blijft de schadelijkste drug ter wereld. En het is de op twee na meest verslavende drug na heroïne en crack.
- Tabaksverslaving ontstaat vaak op jonge leeftijd (en jongeren zijn er uiterst gevoelig voor).

GIFTIGHEID OP LANGE TERMIJN (ZIEKTE)	VERSLAVING
<b>tabak</b>	heroïne
crack	crack
alcohol	<b>tabak</b>
methamfetamine	methamfetamine
cocaïne	cocaïne
heroïne	alcohol
amfetamine	amfetamine
cannabis	benzo's
XTC	GHB
khat	cannabis
ketamine	ketamine
benzo's	khat
GHB	XTC
lsd	paddo's
paddo's	LSD

Bron: RIVM, Ranking van Drugs, 2009





## Het belang van tabakspreventie in het onderwijs

Is het verwonderlijk dat jongeren starten met roken? Dat niet.

- Er doen heel wat fabels (of bullshit) over roken de ronde. En die zorgen er ook voor dat jongeren starten en blijven roken.

**VAN  
ROKEN  
WORD JE  
MAGER\***

**ROKEN  
HELPT  
TEGEN DE  
STRESS\***

**VAPEN EN  
SHISHA  
ZIJN  
GEZOND\***

**SHARING  
IS CARING,  
OOK  
BIJ EEN  
SIGARET\***

**STOPPEN  
MET  
ROKEN IS  
EASY\***

**EÉN  
SIGARETJE  
KAN GEEN  
KWAAD\***

- Herkenbaar?



# Wat?

De schoolwedstrijd Bullshit Free Generation

VLAAMS INSTITUUT

**GEZOND  
LEVEN**

# Bullshit Free Generation: wat is het?



Een kritische, weerbare en rookvrije generatie doen ontwaken!



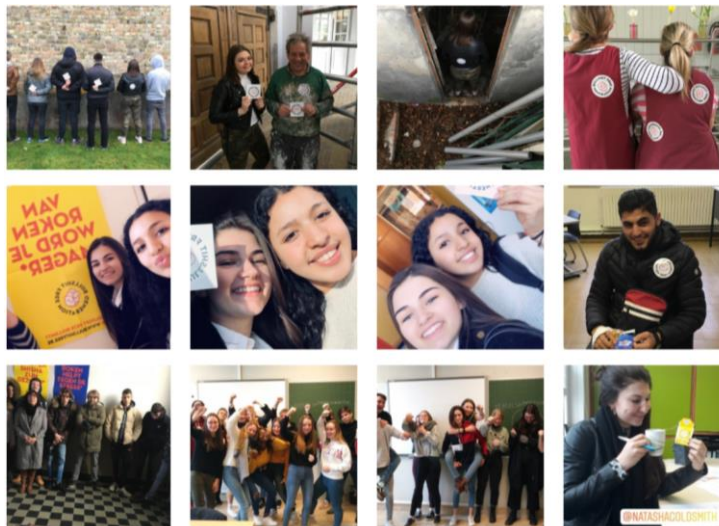


# Bullshit Free Generation: wat is het?

Hoe? Met een wedstrijd!

We roepen alle Vlaamse scholen, leraren(teams) en scholieren op om vier toffe challenges uit te voeren.

Voor elke challenge vallen mooi prijzen te winnen.





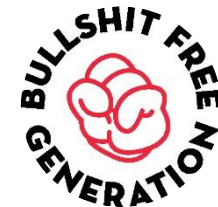
# Bullshit Free Generation: wat is het?

## Het doel van de challenges?

- Jongeren ervan bewustmaken dat ze niet zomaar alles moeten geloven wat ze horen, zien of lezen. Zeker niet als het over roken gaat!
- Jongeren aanmoedigen om hun eigen mening te vormen over roken. Niet op basis van fabels, maar wel op basis van harde feiten.
- De weerbaarheid van jongeren versterken. Zodat ze gemakkelijker kunnen opkomen voor zichzelf, met respect voor anderen.
- Een *swung* geven aan het rookbeleid op school. Met inspraak van personeel én leerlingen!



# Bullshit Free Generation: wat is het?



## Waarvoor staat Bullshit Free Generation?

We moedigen scholen aan om de krachten te bundelen, bestaande acties zichtbaar te maken en nieuwe initiatieven op poten te zetten.

### Voorbeeld:

*Hangt er een 'Hier leer ik rookvrij'-bordje van Generatie Rookvrij aan de schoolpoort? Zet deze boodschap extra kracht bij door het thema bespreekbaar te maken in de les, door rokers te motiveren om te stoppen, ....*

Hier leer ik rookvrij

Generatie  
Rookvrij



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





# Bullshit Free Generation: het project werkt echt!

Bullshit Free Generation is een weldoordacht initiatief!



Gebaseerd  
op wetenschappelijke  
literatuur



Afgestemd  
met leerkrachten,  
onderwijspartners en  
jongeren

cocreatief traject



# Bullshit Free Generation: het wedstrijdverloop

## Wanneer is de wedstrijd?

De wedstrijd vindt elke twee jaar plaats. De eerste Vlaamse editie ging van start in schooljaar 2019–2020. De volgende editie start in schooljaar 2021–2022.

Maart–mei '20–'21

Creëer draagvlak

Eerste semester '21–'22

Inschrijving (tot 30/11) &  
voorbereidingen treffen

Tussen de kerst- en  
paasvakantie '21–'22

Uitvoering challenges &  
registratie lessen, acties

...

Na de paasvakantie  
'21–'22

Prijsuitreiking &  
evaluatie en bijsturing



# Bullshit Free Generation: past perfect op je gezonde school



Bullshit Free Generation volgt de visie van Gezonde School



De kadermethodiek Gezonde School helpt scholen om stap voor stap te evolueren van losse acties naar een samenhangend gezondheidsbeleid.

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

 Gezonde school


# Bullshit Free Generation: past perfect op je gezonde school



## Bullshit Free Generation volgt de visie van Gezonde School

Een gezondheidsbeleid op school bestaat uit een mix van strategieën en dit op verschillende niveaus.

Een rookbeleid op school is meer dan een les over roken of stoppen met roken. Richt ook je schoolomgeving gezond in, maak afspraken en zet in op zorg en begeleiding voor leerlingen die het extra nodig hebben.

 VLAAMS INSTITUUT <b>GEZOND LEVEN</b>	LEERLING (• PRIORITAIRE OF RISICOGROEPEN)	KLAS	SCHOOL (ALLE LEERLINGEN EN HUN LEEFOMGEVING BINNEN DE SCHOOL)	OMGEVING BUITEN DE SCHOOL <small>(In andere velden, gemeente, kanton, werkdag, rond de school, kantines, schooloverschrijpend...)</small>
EDUCATIE				
OMGEVINGSINTERVENTIES				
AFSPRAKEN EN REGELS				
ZORG EN BEGELEIDING				



# Hoe?

Hier komen de vier toffe challenges!

VLAAMS INSTITUUT

**GEZOND  
LEVEN**

# Bullshit Free Generation: de vier toffe challenges!

## De Les-challenge

Ga alleen of met je collega's de uitdaging aan en integreer het thema 'roken' in de les. Doorprik fabels en nodig leerlingen uit om een kritische blik te werpen op de (e-)sigaret.

[Check de uitdaag-video.](#)

Of de website voor meer info.



**LAURA VERHELLE  
DE PASSER BRUGGE  
WINNAAR EDITIE 2019-2020**

# Bullshit Free Generation: de vier toffe challenges!

## De Actie–challenge

Bundel de krachten en bouw samen aan een rookvrije omgeving. Ga samen met jouw leerlingen, collega's, directie en/of lokale partners aan de slag en doe een rookvrije actie binnen of buiten de schoolmuren.

[Check de uitdaag–video.](#)

Of de website voor meer info.



**JO KINGET**  
**COLLEGE TER DOORN EEKLO**  
**WINNAAR EDITIE 2019-2020**

# Bullshit Free Generation: de vier toffe challenges!

## De Samen sterk–challenge

Verbind en versterk de leerlingen (en leerkrachten) die willen stoppen met roken.

[Check de uitdaging–video.](#)

Of de website voor meer info.



# Bullshit Free Generation: de vier toffe challenges!

## De Generatie–challenge

Laat aan de buitenwereld zien dat jullie school zich inzet voor een rookvrije, kritische en weerbare generatie. Een rookvrije generatie heeft de meeste kans op slagen als je de 3 voorgaande challenges combineert. Bewijs dat jouw school streeft naar een gedragen rookbeleid en haal de ultieme prijzenpot binnen!

[Check de uitdaag-video.](#)

Of de website voor meer info.



**LEEN DECOCK**  
**ATHENEUM HERZELE**  
**WINNAR EDITIE 2019-2020**

# Bullshit Free Generation: de vier toffe challenges!



## Op maat van jouw school: jij bent aan zet!

- Een rookvrije generatie heeft het meeste kans op slagen als je de 4 challenges combineert. Maar: **je moet niét alle challenges aangaan** om in de prijzen te vallen.  
-> Voor élke challenge zijn er prijzen voorzien.
- **Integratie in bestaande acties, lessen of projecten** moedigen we aan.
  - Bv. een actie tegen roken gelinkt aan de gezondheidsweek op jouw school
  - Bv. een seminarie over milieu waarbij je uitbreidt over de impact van sigarettenpeuken
  - Bv. een les 'verzorging' over de invloed van roken op het gelaat
  - Bv. een luisteroefening in de Franse les over de e-sigaret
  - ...





**Ondersteuning**  
Je staat er niet alleen voor!



# Ondersteuning: een databank vol lesmateriaal over roken

- **Kant-en-klare (aanpasbare) lesvoorbereidingen**, om vakgebonden én vakoverschrijdend aan de slag te gaan.
- Maar ook toffe video's, achtergrondteksten, coole spelen, filmpjes, apps, documentaires, quizjes ...
- Alle lesmaterialen doorstonden de **quality check**:
  - ✓ Kwaliteitsvol en gebaseerd op de leerlijn verslavingspreventie in het onderwijs
  - ✓ Gemakkelijk te integreren in de les
  - ✓ Up-to-date
  - ✓ Aansluitend bij de leefwereld van de jongeren

**DATABANK 'LES MATERIAAL OVER ROKEN'**

Home / Materialen / BullshitFree-databank

**Filter resultaten**

**TYPE MATERIAAL**

- Kant-en-klare lessen
- Interactieve werkvormen
- Video- en beeld (YouTube, dvd, ...)
- Spelen
- Betrouwbare websites
- Informatie & richtlijnen

**LENGTE**

- Niet belangrijk
- Minder dan 15min
- 15 - 30min
- 30 - 50min
- Langer dan 50min

De tijdswaardering die nodig is om het materiaal in te zetten tijdens een les. Voor videos gaat het om de speelduur.

**VOOR WIE?**

- 1ste graad
- 2de graad
- 3de graad

**PAS DE FILTER TOE**

**Les 'De geschiedenis van roken'**  
Bron/Auteur: Vlaams Instituut Gezond Leven i.s.m. Huis van Alijn

Vroeger was de sigaret overal. In het straatbeeld, in de huiskamer en zelfs in de klas. Beelden die we ons vandaag nauwelijks nog kunnen voorstellen.

In deze les komen leerlingen meer te weten over de belangrijkste gebeurtenissen uit de geschiedenis op vlak van roken. Door zelf de feiten op te zoeken, krijgen ze meer inzicht in de grote mentaliteitsverandering die heeft plaatsgevonden. De winnertlijst die het huis van Alijn maakte voor de expo 'Rook' biedt houvast!

**Buikbaar in de valken:** PAV, geschiedenis, MAVO, cultuurwetenschappen ...

(update 08/2019)

**DOWNLOAD**

**Smokerface-app**  
Bron/Auteur: Titus Brinker

De Smokerface-app laat leerlingen op basis van een zelfzinnig hoe slecht roken is voor hun huid en tanden. De app is wetenschappelijk onderbouwd, niet-belerend en brengt tongen aan het rollen. Fun verzekerd!

In de **kant-en-klare les** 'Wat doet roken met mijn lichaam?' vind je bijhorende lesvoorbereiding en invulblaadjes terug.

De app is gratis en gemakkelijk te downloaden in de Play- en Apple-store.

**BEKIJK**

[Ga naar de databank!](#)

# Ondersteuning: bakken inspiratie kwaliteitsvolle acties



- Een overzicht van **sterke ideeën** voor relevante acties.
- Een overzicht van het bestaande kwaliteitsvolle tabakspreventie-aanbod naar onderwijs in Vlaanderen.
- Tips & methodieken om **leerlingen te betrekken** bij het uitdenken en uitvoeren van de actie(s).

[Ga naar de ondersteuningsmaterialen!](#)

[Ga naar de methodieken voor leerlingenparticipatie!](#)

## INSPIRATIEFICHE

### — FILMVOORSTELLING OVER ROKEN

De voorbije decennia zijn verschillende films of documentaires gemaakt over sigaretten. Wat hebben ze gemeenschappelijk? Ze klagen de tabaksindustrie aan voor hun sluwe praktijken.

Hieronder een lijst van 'aangeraden' films en documentaires:

- Film: [Thank your for smoking](#) (uur en 35 minuten, op DVD)
- Film: [The Insider](#) (uur en 37 minuten, op DVD)
- Documentaire: Waar rook is, is vuur. De kracht van de tabaksindustrie (2 delen van elk 45 minuten, via [YouTube](#))
- Documentaire: De vervangers (55 minuten, via [YouTube](#))

Bij een filmvertoning hoort bij voorkeur een nabespreking in de klas. Check [www.bullshitfree.be](http://www.bullshitfree.be) voor materialen die je kunnen helpen. Wordt de film niet nabesproken in de klas? O jammer, een gemiste kans!

## MEER INFORMATIE

### DOELGROEP



Rokende en niet-rokende leerlingen uit het secundair onderwijs. Geschikt voor **tweede en derde graad**.

\* De aangeraden films zijn een aanklacht tegen de tabaksindustrie. Een behoorlijk complex onderwerp. Daarom raden we de filmvoorstellingen niet aan voor de leerlingen van de eerste graad.

### TIJD



#### BASIS

- Toeleiden naar filmvoorstelling door klasleerkracht: min. 10-15 minuten (maar uit te breiden met de [Bullshit Free-lesmaterialen](#))
- Filmvoorstelling zelf: afhankelijk van duur van de film/documentaire.
- Nabespreking door klasleerkracht: min. 10-15 minuten (maar uit te breiden met de [Bullshit Free-lesmaterialen](#)).

#### EXTRA

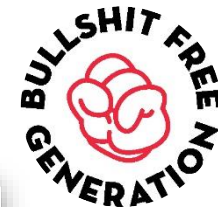
- Praktische organisatie van filmvoorstelling.
- Verplaatsing van en naar de filmzaal.

### KOSTRPIJS



Als je een zaal ter beschikking hebt, kost deze activiteit je bijna niets. De DVD's kan je lenen (zie ook praktische zaken) en de documentaires bekijken via YouTube.

# Ondersteuning: scholen en leerkrachten aan het woord



- Tijdens het pilootproject werden **getuigenissen** verzameld van leerkrachten die les gaven over roken in diverse vakken (PAV, Engels, biologie, hout ...). Alsook van scholen die acties tegen roken ondernamen.
- Laat je **inspireren door collega's** uit jouw vakgebied.

[Ga naar de voorbeelden!](#)

**ROKEN IN HET 'KLASUURTJE'**

In het klasuurtje wanneer za dael waren enthousiast. 30 min. 1<sup>st</sup> graad

Tijdens het tituleren, dat te va 50 min. 1<sup>st</sup> graad

De posters die l Tijdens het klas 50 min. 1<sup>st</sup> graad

De leerlingen p in het Hus van boekje. In het d terug. 50 min. 1<sup>st</sup> graad

Na het tonen va stellingen van d trokken de leerl 100 min. 1<sup>st</sup> graad

In het klasuurtje verschillende vl over een geacht bijrollen en figu afgewerkt en m de creatieve op samen met de l 100 min. (voorb

In mijn klasuurt deden we een f 100 min. 1<sup>st</sup> graad

Tijdens het klas oefening met d volgende lesuur Generation both 50 min. + 50 min

**ROKEN IN HET VAK 'FRANS'**

In de les Frans toonde ik filmpjes over sigaretten en bespraken we de reclamebeelden van vroeger over sigaretten. 60 min. 1<sup>st</sup> graad. Instituut Anneessens-Funck Brussel

Ik heb het lesmateriaal van op de website gebruikt (foto's - video Norman - argumenteren waarom vaperen niet gezond is). De meeste leerlingen vonden het filmpje grappig. Sommige leerlingen dachten dat vaperen helemaal geen kwaad kon en wisten niet dat het mogelijk ook schadelijk kon zijn voor de gezondheid. 50 min. 2<sup>de</sup> graad. Atheneum Ninove

De leerlingen moesten in groepjes een sensibiliseringscampagne over roken uitwerken en presenteren tijdens de Franse les. Ze mochten een presentatie, video, affiche ... maken en moesten het Bullshit Free-logo hierin verwerken. De meesten waren heel creatief! Sommige groepjes legden de nadruk op de 'medische' nadelen en gevaren van roken, anderen maakten een simulatie van de kost en toonden hoeveel je kan besparen door niet te roken en welke leuke dingen je kan doen/kopen met dat geld ... De leerlingen waren enthousiast, ze werkten de opdracht goed uit en luisterden aandachtig toen de anderen aan de beurt waren. 75 min. 3<sup>de</sup> graad. GOI Ninove

De leerlingen moesten een dialoog doen om elkaar te overtuigen niet te roken. Ze hebben ook in het Frans slogans opgesteld om niet te roken. Ze waren matig enthousiast. Sommigen vonden het leuk en hebben goed hun best gedaan. 50 min. 3<sup>de</sup> graad. GOI Ninove

Voor mijn Franse les gebruikte ik het materiaal van op de website 'E-sigaretten in Frans'. 50 min. 2<sup>de</sup> graad. SLV, Zomergem

Ik maakte gebruik van de kant-en-klare lesvoorbereiding over e-sigaretten voor in de Franse les. 100 min. 3<sup>de</sup> graad. PTI Hamme

Ik heb me gebaseerd op de les die ik tussen het lesmateriaal heb gevonden en dit zelf verder aangevuld. Naast de associaties bij foto's en het YouTube-filmpje van Norman, moesten de leerlingen opzoeken doen om meer informatie te vinden (fabels/faiten over roken). We hebben ook een klasgesprek gevoerd. 100 min. 3<sup>de</sup> graad. GOI Ninove

**OP ZOEK NAAR MEER TIPS EN LESMATERIAAL VOOR IN DE FRANSE LES?**

Neem een kijkje in de [Bullshit Free Generation online biblio](#) (bij materialen). De kant-en-klare les 'E-sigaretten in de les Frans' zet je op weg!

# Ondersteuning: promomateriaal voor bekendmaking op school



- Een **campagnepakket** met:
  - posters die geen steek houden (sensibilisering fabels over roken)
  - Bullshit Free Generation–stickers voor de leerlingen
  - postkaartjes om het project aan te kaarten bij collega's
  - gadgets om in the picture te zetten
- **Digitale communicatiematerialen:**
  - 4 uitdaag–video's en 1 promo–video: ideaal om online of op SmartSchool te delen
  - 1 (te personaliseren) brief voor de ouder(s) of voogd om hen te informeren en hen te vragen om met zoon of dochter een gesprek te starten over roken
  - en natuurlijk... deze PowerPoint



## Ondersteuning: hier krijg je antwoord op je vragen



**Gezond Leven** helpt je bij:

- problemen met de website, registraties en inschrijvingen
- bestelling van campagnepakket
- suggesties voor lesmaterialen, acties, challenges enz.
- allerlei vragen (groot & klein)

Mail naar [info@bullshitfree.be](mailto:info@bullshitfree.be).

Bel naar 02/422.49.59 (algemeen nummer)



## Ondersteuning: hier krijg je antwoord op je vragen



In elke regio kan je bij het **Logo** terecht voor:

- Ontlenen van materiaal (bv. spelen, CO-meters, banners ...).
- De juiste doorverwijzing naar andere organisaties die ook werken aan tabakspreventie (vb. CGG, drugpunt ...) of doorverwijzing naar tabakologen.

Meer info: [www.vlaamselogos.be](http://www.vlaamselogos.be)



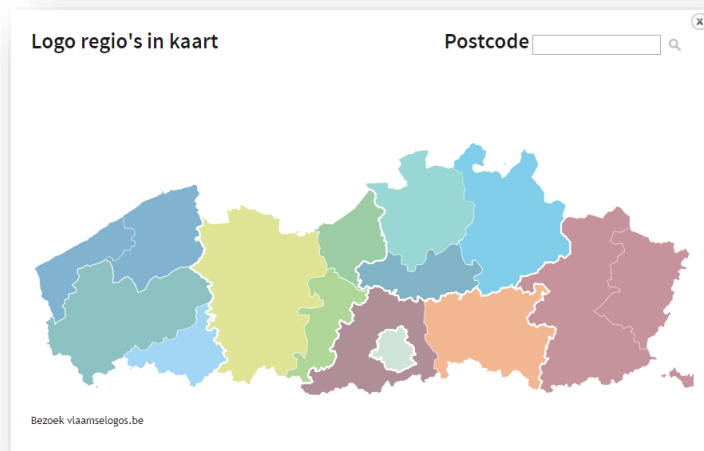
# Ondersteuning: hier krijg je antwoord op je vragen



In elke regio kan je bij het **Logo** terecht voor:

- Contacten met de gezondheidsambtenaar binnen het gemeente- of stadsbestuur.
- Het gemeente- of stadsbestuur kan jullie acties extra kracht bij zetten (bv. straatmarkering in Eeklo, zie [video](#) winnaar editie 19-20).

Meer info: [www.bullshitfree.be/gemeente](http://www.bullshitfree.be/gemeente)



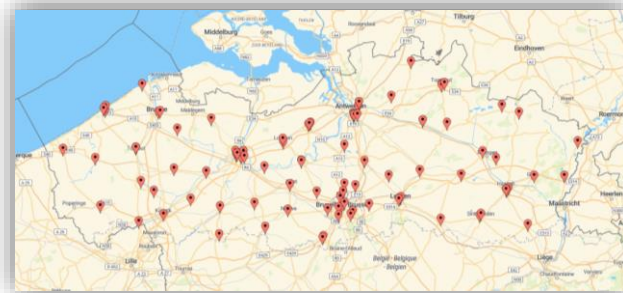


# Ondersteuning: hier krijg je antwoord op je vragen



In elke regio kan je bij het **CGG** terecht voor:

- Opleiding van schoolpersoneel op het vlak van tabak, alcohol, drugs en mentaal welbevinden.
- Ondersteuning in het realiseren van een sterk preventiebeleid op school m.b.t. deze thema's.



# Veel succes!

[www.bullshitfree.be](http://www.bullshitfree.be)  
[info@bullshitfree.be](mailto:info@bullshitfree.be)

02 422 49 59  
gezondleven.be

VLAAMS INSTITUUT  
**GEZOND  
LEVEN**