

# Projectplan

## Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

### Inleiding

GGD-en hebben de wettelijke plicht om inzicht te verwerven in de gezondheidssituatie van de bevolking. Daartoe dienen ze mee te werken aan een landelijk uniforme monitoring (zodat resultaten vergelijkbaar zijn met landelijke cijfers). Om aan deze wettelijke taak uitvoering te geven verzamelen GGD-en informatie onder jongeren, bijvoorbeeld met behulp van enquêtes. Volgens de Wet publieke gezondheid moeten deze enquêtes om de vier jaar plaatsvinden. Achterliggende reden hiervan is dat de enquêtes moeten aansluiten op de vierjaarlijkse cyclus van het regionaal en lokaal gezondheids-beleid.

GGD Gooi en Vechtstreek heeft eind 2015 het laatste onderzoek onder middelbare scholieren uitgevoerd. Dit heette Emovo, maar heeft een nieuwe naam gekregen: de Gezondheidsmonitor Jeugd. Deze term wordt ook landelijk gebruikt, omdat de monitor door alle GGD'en uitgevoerd gaat worden. De jongeren vullen via internet de vragenlijst in en krijgen na het invullen een voorlichtingsadvies "op maat", gemaakt op basis van hun antwoorden op de vragenlijst.

### Landelijke harmonisatie Gezondheidsmonitor Jeugd

Landelijk is de afspraak gemaakt dat alle GGD-en tussen eind september en december 2019, vertrouwelijk, in de klassen 2 en 4 van het regulier voortgezet onderwijs, de gezamenlijke, digitale basisvragenlijst (zie bijlage 1) voor de Gezondheidsmonitor Jeugd afnemen. Dit is de tweede keer dat het zo wordt gedaan, de eerste keer was in 2015.

Over de Gezondheidsmonitor Jeugd 2019 is een korte informatieve [animatiefilm](#) gemaakt.

### Afstemming met het Trimbos-instituut

Het Trimbos Instituut voert gelijktijdig met de Gezondheidsmonitor Jeugd het zogenaamde 'Peilstationsonderzoek' uit op de scholen, genaamd PEIL.

PEIL geeft een verdiepend inzicht in het alcohol-, tabaks- en drugsgebruik onder leerlingen.

In de regio Gooi en Vechtstreek heeft het Trimbos Instituut zes scholen geselecteerd voor deelname aan PEIL, waarvan er in ieder geval drie moeten deelnemen. De GGD benadert deze scholen om 3 tot 5 klassen (selectie uit alle leerjaren) mee te laten doen.

De leerlingen uit deze klassen worden dan uitgesloten van deelname aan de Gezondheidsmonitor Jeugd. De GGD voert de werving voor het Trimbos uit, zodat scholen niet twee keer benaderd én leerlingen niet dubbel belast worden met onderzoek.

### Instellen projectgroep

Er wordt een projectgroep ingesteld, samengesteld uit de epidemioloog en een adviseur gezondheidsbevordering (de projectleiders) en de stafverpleegkundige (als linking pin naar Jeugd en Gezin).

De projectgroep Gezondheidsmonitor Jeugd 2019 heeft dus drie leden.

De projectleiders zullen steeds de lead/regie hebben bij gesprekken en presentaties e.d., maar de verpleegkundigen van Jeugd en Gezin worden zoveel mogelijk bij de GM Jeugd betrokken.

### De Gezondheidsmonitor Jeugd in het kort

De Gezondheidsmonitor Jeugd is een jongerenenquête én een gezondheidsadvies onder en voor leerlingen van het regulier voortgezet onderwijs. Leerlingen van klas 2 en klas 4 vullen op school via internet een vragenlijst in; hierin staan vragen over bijvoorbeeld achtergrondkenmerken, school, lichamelijke gezondheid, psychosociale gezondheid en leefstijl. Na het invullen krijgt de leerling zijn eigen gezondheidsprofiel te zien, met een persoonlijk gezondheidsadvies. De GGD kan op basis van de gegevens een regio-, gemeente- en schoolprofiel maken.

De Gezondheidsmonitor Jeugd is helaas niet geschikt voor het Voortgezet Speciaal Onderwijs; de vragen zijn te ingewikkeld en leerlingen hebben teveel moeite met lezen om dit te kunnen doen.

## Werkwijze

Het invullen van de vragenlijst gebeurt op school, bijvoorbeeld tijdens een mentoruur; de leerlingen zitten dan zelf achter een computer of vullen de vragenlijst in op een tablet of smartphone. De scholen bepalen (tussen eind september en december) zelf wanneer zij de leerlingen de vragenlijst laten invullen.

De scholen worden door de epidemioloog geworven om deel te nemen aan De Gezondheidsmonitor Jeugd. Zij heeft een wervingsgesprek met de directie van de school; de directie wijst bij een positief besluit tot deelname aan de Gezondheidsmonitor Jeugd een contactpersoon van de school aan. Met die persoon onderhoudt de jeugdverpleegkundige contact over de voortgang van de Gezondheidsmonitor Jeugd.

Ouders en leerlingen krijgen een informatiebrief, met daaraan een antwoordstrook. Indien de ouders deelname van hun kind weigeren, moeten zij de ingevulde antwoordstrook op school inleveren. Voordat de leerlingen de vragenlijst via internet moeten invullen, krijgt de school voor elke leerling een kaartje met daarop een unieke inlogcode. Voor de docent is er een aparte inlogcode, om zelf te kunnen kijken wat de vragen zijn. Het aanmaken van deze codes gebeurt op de GGD (door de epidemioloog); de codes worden via een mailmerge-programma geprint op vellen met voorgedrukte kaartjes. Op de achterkant van deze kaartjes wordt een emailadres geprint en wordt verwezen naar [www.jouwGGD.nl](http://www.jouwGGD.nl) voor anonieme chatvragen. Dit voor het geval de leerling naar aanleiding van de Gezondheidsmonitor Jeugd vragen heeft aan de jeugdverpleegkundige van Jeugd en Gezin.

## Investering school

Leerlingen uit iedere 2e en 4e klas vullen in één lesuur op internet een vragenlijst in. Dit gebeurt strikt vertrouwelijk. Er wordt leerlingen niet gevraagd naar hun naam, niet bij het inloggen en niet in de vragenlijst.

Wij vragen van de school:

- medewerking voor het inplannen van de afnames in de klassen 2 en 4;
- voor elke leerling afzonderlijk de beschikking over een computer, tablet of smartphone;
- aanwezigheid van een docent tijdens de afname.

## Rapportage

De epidemioloog van de GGD schrijft een regioprofiel (factsheet en tabellen), maakt gemeentetabellen en schoolprofielen. De cijfers worden - indien gewenst - gepresenteerd door de epidemioloog en besproken. Eventueel kan ook een aparte bijeenkomst belegd worden voor presentatie en discussie voor een breed gezelschap.

## Projectfasen

- voorbereiding algemeen
- voorbereiding op scholen
- uitvoering
- verwerking en rapportage
- presentatie op regioniveau
- evaluatie

## Tijdsplanning en urenraming

In maart 2019 wordt begonnen met contacten leggen met de scholen, om in najaar van 2019 te kunnen draaien. Het hele project Gezondheidsmonitor Jeugd loopt van november 2018 tot en met de presentatie van de regionale cijfers, geschat juni 2020.

## Bijlage 1 Basisvragenlijst Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

Beste leerling,

Belangrijke **tips** voordat je de vragenlijst invult:

- Er zijn geen goede of foute antwoorden. Het gaat om jouw mening en jouw ervaringen.
- Het is belangrijk dat je alle vragen beantwoordt, ook al vind je het soms moeilijk om een antwoord te geven.
- Dit onderzoek is vertrouwelijk. Dat betekent dat aan jouw antwoorden geen naam of adres gekoppeld kan worden. Niemand komt dus te weten wat jij hebt ingevuld.

**Veel succes!**

**Vraag 1. Hoe vul je deze vragenlijst in?** *Je mag één antwoord geven.*

- Op een pc of laptop
- Op een tablet
- Op een smartphone
- Op papier

**Vraag 2. In welke klas/leerjaar zit je?**

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

**Vraag 3. Welk soort onderwijs volg je?** *Je mag meer dan één antwoord geven.*

- Vmbo-b (basis)
- Vmbo-k (kader)
- Vmbo-g (gemengd)
- Vmbo-t (theoretisch, mavo)
- Havo
- Vwo (atheneum, gymnasium)
- Ander soort onderwijs

**Vraag 4. Hoe oud ben je?**

- 12 jaar of jonger
- 13 jaar
- 14 jaar
- 15 jaar
- 16 jaar
- 17 jaar
- 18 jaar of ouder

**Vraag 5. Ben je een jongen of een meisje?**

- Jongen
- Meisje

**Vraag 6. Wat zijn de 4 cijfers van je postcode?**

*We bedoelen het huisadres waar je de meeste tijd woont.*

\_\_\_\_\_

[Doorverwijzing: Als 4 cijfers ingevuld zijn bij vraag 6, dan vraag 7 overslaan.]

**Vraag 7. Wat is je woonplaats?**

*We bedoelen de woonplaats waar je de meeste tijd woont.*

\_\_\_\_\_ [in opklapscherm keuze uit alle woonplaatsen]

**Vraag 8. Bij wie woon je de meeste dagen van de week?**

*Je mag één antwoord geven.*

- Bij mijn ouders samen
- Ongeveer de helft van de tijd bij mijn ene ouder en de helft van de tijd bij mijn andere ouder (co-ouders)
- Bij mijn moeder en haar partner
- Bij mijn vader en zijn partner
- Alleen bij mijn moeder
- Alleen bij mijn vader
- Bij anderen (bijv. pleegouders, andere familie, internaat)
- Ik woon op mezelf

**Vraag 9. Hebben jullie thuis moeite om rond te komen met geld?**

*Met thuis bedoelen we het gezin waar je de meeste tijd woont.*

- Nee, geen enkele moeite
- Nee, geen moeite maar we moeten wel opletten
- Ja, enige moeite
- Ja, grote moeite

**Vraag 10. Hoe is over het algemeen je gezondheid?**

- Zeer goed
- Goed
- Gaat wel
- Slecht
- Zeer slecht



**Vraag 11. Hoe gelukkig voel je je meestal?**

- 
- 
- 
- 
-

**Vraag 12. De volgende vragen gaan over jou en je gedrag in de laatste 6 maanden. Geef aan of de uitspraken voor jou 'niet waar zijn' of 'een beetje waar zijn' of 'zeker waar zijn'.**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Niet waar	Een beetje waar	Zeker waar
Ik probeer aardig te zijn tegen anderen. Ik houd rekening met hun gevoelens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben rusteloos, ik kan niet lang stil zitten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik heb vaak hoofdpijn, buikpijn, of ik ben misselijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik deel makkelijk met anderen (zoals eten, drinken of pennen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik word erg boos en ben vaak driftig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben nogal op mijzelf. Ik ben liever alleen dan met anderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik doe meestal wat me wordt opgedragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik pieker veel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik help iemand die zich heeft bezeerd, van streek is of zich ziek voelt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik zit constant te wiebelen of te friemelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik heb minstens één goede vriend of vriendin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vecht vaak. Het lukt mij andere mensen te laten doen wat ik wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben vaak ongelukkig, in tranen of zit in de put	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andere jongeren van mijn leeftijd vinden mij over het algemeen aardig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben snel afgeleid, ik vind het moeilijk om me te concentreren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben zenuwachtig in nieuwe situaties. Ik verlies makkelijk mijn zelfvertrouwen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben aardig tegen jongere kinderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik word er vaak van beschuldigd dat ik lieg of bedrieg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andere kinderen of jongeren pesten of treiteren mij	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik bied anderen vaak aan hen te helpen (ouders, docenten, kinderen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik denk na voor ik iets doe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik neem dingen weg die niet van mij zijn thuis, op school of op andere plaatsen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik kan beter met volwassenen opschieten dan met jongeren van mijn leeftijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben voor heel veel dingen bang, ik ben snel angstig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik maak af waar ik mee bezig ben. Ik kan mijn aandacht er goed bij houden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De onderstaande uitspraken gaan over opkomen voor jezelf en het maken van keuzes (zoals over pesten, kleding, uitgaan, roken, alcoholgebruik, seksualiteit).

**Vraag 13. Geef aan in hoeverre je het eens bent met onderstaande uitspraken.**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Helemaal mee eens	Mee eens	Soms wel, soms niet	Mee oneens	Helemaal mee oneens
Ik weet wat ik wel en niet wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik zeg het als iemand iets doet wat ik vervelend vind	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik laat mij makkelijk overhalen om dingen te doen die ik niet wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik kan heel goed nee zeggen tegen mijn vrienden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om hulp te vragen als iemand mij lastig valt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik doe alleen maar dingen die ik zelf echt wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik kom voor mezelf op als iemand mij uitscheldt, beledigt of bedreigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Als mijn vrienden iets doen wat ik eigenlijk niet wil dan doe ik toch maar mee	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 14. Hoe vaak voel je je gestrest?**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Zeer vaak
Ik voel me gestrest door <u>school of huiswerk</u>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik voel me gestrest door mijn <u>situatie thuis</u> (zoals zorgen, problemen of ruzies thuis)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik voel me gestrest door <u>eigen problemen</u> (zoals mijn gezondheid, ruzies met andere jongeren, geheimen of schulden)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik voel me gestrest over <u>wat anderen van me vinden</u>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik voel me gestrest door <u>alles wat ik moet doen</u> (school, huiswerk, social media, bijbaantje, sporten etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 15. Wat heb je meegemaakt of maak je nu mee?**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Nooit meegemaakt	Heb ik meegemaakt	Maak ik nu mee
Overlijden van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van jezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psychische ziekte van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psychische ziekte van jezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verslaving aan alcohol, drugs of gokken van iemand in je gezin (niet roken)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Scheiding van je ouders	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 16. Op hoeveel dagen per week ga je lopend of fietsend naar school of naar je stageplek?**

- (Bijna) nooit
- 1 dag per week
- 2 dagen per week
- 3 dagen per week
- 4 dagen per week
- 5 dagen per week

**Vraag 17. Op hoeveel dagen per week doe je aan sport bij een club, vereniging of sportschool?**

*Zoals fitness, zwemmen, voetbal, tennis, dansen.*

- (Bijna) nooit
- Minder dan 1 dag per week
- 1 dag per week
- Meerdere dagen per week
- Elke dag

**Vraag 18. Op hoeveel dagen per week sport of beweeg je in je vrije tijd zonder club, vereniging of sportschool? *Lopen en fietsen naar school tellen niet mee.***

*Zoals voetballen op straat, fietsen, hardlopen, skeeleren, zwemmen, thuis dansen, kranten bezorgen.*

- (Bijna) nooit
- Minder dan 1 dag per week
- 1 dag per week
- Meerdere dagen per week
- Elke dag

**Vraag 19. Op hoeveel dagen per week sport of beweeg je minstens 1 uur?**

*Tel alle vormen van sporten of bewegen die je op een dag doet bij elkaar op.*

*Denk ook aan je reistijd naar en van school of je stageplek.*

- (Bijna) nooit
- 1 dag per week
- 2 dagen per week
- 3 dagen per week
- 4 dagen per week
- 5 dagen per week
- 6 dagen per week
- Elke dag

**Vraag 20. Op hoeveel dagen per week drink je water (minimaal een glas)?**

- (Bijna) nooit
- 1 dag per week
- 2 dagen per week
- 3 dagen per week
- 4 dagen per week
- 5 dagen per week
- 6 dagen per week
- Elke dag

De volgende vragen gaan over **drankjes met suiker**.

**LET OP:** Light dranken (zoals cola light, Dubbelfriss light, Crystal Clear of Optimel) tellen **niet** mee.

We bedoelen wel:

- Frisdrank met suiker (zoals cola, sinas, Ictea (green), Spa & Fruit of Dubbelfriss)
- Energiedrankjes (energy drinks, zoals Red Bull)
- Sportdrankjes (zoals AA-drank of Extran)
- Aanmaaklimonade (zoals siroop of ranja)
- Vruchtensap (zoals sinaasappelsap, appelsap, multivitaminesap of Dubbeldrank)
- Zoete melk- of yoghurt drankjes (zoals chocolademelk, milkshake, Fristi of Yogidrink)
- Koffie of thee met suiker of honing

**Vraag 21. Op hoeveel dagen per week drink je drankjes met suiker?**

- (Bijna) nooit **Ga naar vraag 23**
- 1 dag per week
- 2 dagen per week
- 3 dagen per week
- 4 dagen per week
- 5 dagen per week
- 6 dagen per week
- Elke dag

**Vraag 22. Als je drankjes met suiker drinkt, hoeveel glazen drink je dan?**

- 1 glas per dag, of minder
- 2 glazen per dag
- 3 glazen per dag
- 4 glazen per dag
- 5 glazen per dag
- 6 glazen per dag
- Meer dan 6 glazen per dag

**Vraag 23. Op hoeveel dagen per week drink je energiedrankjes (energy drinks)?**

*Zoals Red Bull, Bullit, Rockstar, Golden Power of Monster.*

**LET OP:** Sportdrankjes in flesjes zoals AA-drank en Extran tellen **niet** mee.

- (Bijna) nooit **Ga naar vraag 25**
- 1 dag per week
- 2 dagen per week
- 3 dagen per week
- 4 dagen per week
- 5 dagen per week
- 6 dagen per week
- Elke dag



**Vraag 24. Als je energiedrankjes (energy drinks) drinkt, hoeveel blikjes drink je dan?**

- 1 blikje per dag
- 2 blikjes per dag
- 3 blikjes per dag
- 4 blikjes per dag
- 5 blikjes per dag
- 6 blikjes per dag
- Meer dan 6 blikjes per dag

**Vraag 25. Heb je ooit alcohol gedronken? Alcoholvrije dranken (zoals Radler 0,0%) tellen niet mee.**

- Ja, een heel glas of meer
- Ja, alleen een paar slokjes
- Nee **Ga naar vraag 29**

**Vraag 26. Op hoeveel dagen heb je alcohol gedronken?**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Nooit	1 of 2 dagen	3 t/m 5 dagen	6 t/m 9 dagen	10 dagen of meer
In je hele leven		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/> <sup>1</sup>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

[<sup>1</sup> Als 'nooit' geantwoord op vraag 26b, vragen 27 en 28b (in de laatste 4 weken) overslaan.]

**Vraag 27. Hoe vaak heb je in de laatste 4 weken VIJF OF MEER drankjes met alcohol gedronken bij één gelegenheid (bijvoorbeeld op een feestje of op één avond)?**

- Nooit
- 1 keer
- 2 keer
- 3 of 4 keer
- 5 of 6 keer
- 7 of 8 keer
- 9 keer of vaker

**Vraag 28. Hoe vaak ben je dronken of aangeschoten geweest door het drinken van alcohol?**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Nooit	1 keer	2 keer	3 keer	4 t/m 10 keer	11 keer of vaker
In je hele leven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 29. Heb je ooit gerookt?** Hiermee bedoelen we sigaretten en shag (sjek), geen elektronische sigaret.

- Ja, een hele sigaret of meer
- Ja, alleen een paar trekjes
- Nee **Ga naar vraag 31**

**Vraag 30. Hoe vaak rook je nu?**

- Elke dag
- Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag
- Minder dan 1 keer per week
- Ik rook niet

**Vraag 31. Heb je ooit een elektronische sigaret gebruikt (e-sigaret, shisha-pen, e-hookha, e-smoker, flavor vape)?**

- Ja, vaker dan 1 keer
- Ja, 1 keer **Ga naar vraag 33**
- Nee, nooit **Ga naar vraag 33**
- Ik weet niet wat dat is **Ga naar vraag 33**

**Vraag 32. Hoe vaak gebruik je nu een elektronische sigaret?**

- Elke dag
- Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag
- Minder dan 1 keer per week
- Ik gebruik geen elektronische sigaret

**Vraag 33. Heb je ooit wiet of hasj gebruikt?**

- Ja
- Nee **Ga naar vraag 35**

**Vraag 34. Op hoeveel dagen heb je wiet of hasj gebruikt?**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Nooit	1 of 2 dagen	3 t/m 5 dagen	6 t/m 9 dagen	10 dagen of meer
In je hele leven		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De volgende vragen gaan over pesten. Pesten is bijvoorbeeld schelden, roddelen, vervelende berichtjes sturen, iets afpakken, spugen of iemand buitensluiten. Met pesten wordt hier bedoeld dat een persoon door anderen wordt getreiterd op een manier die deze persoon echt niet leuk vindt.

**Vraag 35. Hoe vaak ben je de laatste 3 maanden gepest op school?**

- Nooit
- Minder dan 2 keer per maand
- 2 of 3 keer per maand
- Ongeveer 1 keer per week
- Meerdere keren per week

**Vraag 36. Hoe vaak heb je de laatste 3 maanden zelf een andere leerling op school gepest?**

- Nooit
- Minder dan 2 keer per maand
- 2 of 3 keer per maand
- Ongeveer 1 keer per week
- Meerdere keren per week

De volgende vragen gaan over pesten via internet, social media of mobiele telefoon. Het gaat om pesten op een manier die de ander niet leuk vindt.

Voorbeelden zijn:

- iemand uitschelden op social media
- iemand bedreigen op social media
- gemene roddels over iemand online verspreiden
- vervelende foto's of filmpjes van iemand verspreiden

**Vraag 37. Hoe vaak ben je de laatste 3 maanden gepest via internet, social media of mobiele telefoon?**

- Nooit
- Minder dan 2 keer per maand
- 2 of 3 keer per maand
- Ongeveer 1 keer per week
- Meerdere keren per week

**Vraag 38. Hoe vaak heb je de laatste 3 maanden zelf een ander gepest via internet, social media of mobiele telefoon?**

- Nooit
- Minder dan 2 keer per maand
- 2 of 3 keer per maand
- Ongeveer 1 keer per week
- Meerdere keren per week

**Vraag 39. Hoe vaak heb je de laatste 6 maanden een naaktfoto of seksfilmpje van jezelf aan iemand anders gestuurd?**

- Nooit
- 1 keer
- 2 keer of vaker

De volgende vraag gaat over jouw ervaring met social media.

Met social media bedoelen we bijvoorbeeld Instagram, WhatsApp, Snapchat, Facebook en YouTube.

**Vraag 40. Kun je van de onderstaande ervaringen aangeven hoe vaak je deze hebt?**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Zeer vaak
Hoe vaak vind je het moeilijk om met social media te stoppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld ouders of vrienden) dat je minder tijd zou moeten besteden aan social media?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak gebruik je liever social media dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt (bijvoorbeeld vrienden of ouders)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd wanneer je geen social media kunt gebruiken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak raffel je je huiswerk af om social media te gebruiken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak ga je social media gebruiken omdat je je rot voelt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak kom je slaap te kort door social media?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De volgende vraag gaat over gamen. Met games bedoelen we alle spellen/spelletjes die je speelt op een smartphone, tablet, laptop, pc, Mac of spelcomputer (zoals Playstation, Xbox, Nintendo).

**Vraag 41. Hoe vaak speel je games?**

- (Bijna) nooit **Ga naar vraag 43**
- Minder dan 1 dag per week
- 1 dag per week
- 2 of 3 dagen per week
- 4 of 5 dagen per week
- (Bijna) elke dag

De volgende vraag gaat over jouw ervaring met gamen.

**Vraag 42. Kun je van de onderstaande ervaringen aangeven hoe vaak je deze hebt?**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Zeer vaak
Hoe vaak vind je het moeilijk om met gamen te stoppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld ouders of vrienden) dat je minder zou moeten gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak ga je liever gamen dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt (bijvoorbeeld vrienden of ouders)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd wanneer je niet kunt gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak raffel je je huiswerk af omdat je wilt gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak ga je gamen omdat je je rot voelt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak kom je slaap te kort door het gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 43. Heb je ooit met iemand gezoend (tongzoenen)?**

- Ja
- Nee, nooit **Ga naar het einde van de vragenlijst**

**Vraag 44. Heb je ooit seksuele gemeenschap gehad (sommigen noemen het ook “seks hebben”, “het doen” of “met elkaar naar bed gaan”)?**

- Ja
- Nee, nooit **Ga naar het einde van de vragenlijst**

**Vraag 45. Heb je altijd een condoom gebruikt toen je seks had?**

- Ja, altijd
- Nee, niet altijd
- Nee, nooit
- Ik weet het niet meer

Dit is het einde van de vragenlijst.

**Bedankt** voor het invullen van de vragenlijst!