

Van: GGD Zaanstreek-Waterland <communicatie@ggdzw.nl>
Verzonden: donderdag 10 maart 2022 15:29
Aan: 1 Postbus Griffie OZ
Onderwerp: Nieuwsbrief Jeugd 12-18 jaar



| online weergeven
JAARGANG 3 | NUMMER 2 | MAART 2022



Nieuwsbrief Jeugd 12-18 jaar

Inleiding

De resultaten van de Jeugdmonitor en de Jongvolwassenmonitor zijn bekend. In deze nieuwsbrief leest u waar u deze kunt lezen. Hierin kunt u onder andere lezen hoeveel jongeren in onze regio de afgelopen 12 maanden weleens serieus gedacht hebben om een einde aan het leven te maken. In Nederland is zelfdoding doodsoorzaak nummer 1 onder jongeren tussen de 10 en 20 jaar oud. Daarom is het goed om ons nieuwe factsheet 'Suïcidaliteit onder jongeren en jongvolwassenen' eens door te nemen, waar we in dit nummer aandacht aan besteden.

Veilig Thuis vraagt uw aandacht voor de trainingen voor aandachtsfunctionarissen Huiselijk geweld die voor dit jaar gepland staan. U kunt zich daar nu voor opgeven!

18 maart is de internationale dag van de slaap. Daarom in dit nummer een artikel over slaap. Veel pubers vallen moeilijker in slaap, daarom geven we in deze editie tips waar ouders iets aan kunnen hebben. Er is ook een SlaapChallenge waar jongeren aan mee kunnen doen. En voor scholen is er een gratis online lespakket over slaap.

We geven u een tip voor een podcast! Speciaal voor professionals in en rond het onderwijs verschijnt er elke dinsdag een podcast over de Gezonde School. Hierin gaat journalist en podcastmaker Maarten Dallinga op onderzoek naar verschillende onderwerpen die spelen op scholen. Van voeding tot inclusiviteit en van beeldschermgebruik tot seksualiteit.

Tussen 7 maart en 19 april is er een belangstellingsregistratie voor 3 stimuleringsregelingen van de Gezonde School. Lees in deze nieuwsbrief welke dat zijn.

Veel leesplezier!

Rapportages corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021

De dataverzameling van de Corona Gezondheidsmonitor Jeugd (CGM Jeugd) 2021 is vorig jaar afgerond. De schoolrapportages per school zijn vrijwel klaar. Vanaf half maart krijgen scholen hun schoolrapportage toegestuurd.

[» Lees verder](#)

Resultaten Jongvolwassenenmonitor 2021 online

De resultaten van de Jongvolwassenenmonitor 2021 staan nu op [onze cijferwebsite](#). De uitkomsten zijn zowel op regioniveau als op gemeenteniveau te bekijken. Zo kunt u zien hoe het met de jongeren in uw buurt gaat op het gebied van fysieke en mentale gezondheid, leefstijl, alsook de invloed van het leven in coronatijd.

De GGD verspreidt zelf de gemeenterapportages onder de gemeenten.



[» Lees verder](#)

Suïcidaliteit onder jongeren en jongvolwassenen



In Nederland is zelfdoding doodsoorzaak nummer 1 onder jongeren tussen de 10 en 20 jaar oud. In januari 2022 kwam 113 Zelfmoordpreventie met het bericht naar buiten dat in 2021 het aantal zelfdodingen onder 20- tot 30-jarigen met 15% is toegenomen. In Zaanstreek-Waterland overlijden jaarlijks naar schatting ongeveer 5 jongeren tussen de 10 en 30 jaar aan suïcide. GGD Zaanstreek-Waterland heeft onderzoeksgegevens uit regionaal en landelijk onderzoek gebundeld in een factsheet.

[» Lees verder](#)

Trainingen aandachtsfunctionarissen Huiselijk geweld

In 2022 organiseert het project Geweld Hoort Nergens Thuis, waar GGD Zaanstreek-Waterland aan deelneemt, weer trainingen voor aandachtsfunctionarissen Huiselijk geweld. U kunt zich inschrijven voor:

- Basistraining voor Aandachtsfunctionarissen Huiselijk geweld
- Verdiepingsmodules voor Aandachtsfunctionarissen Huiselijk geweld

[» Lees verder](#)

Slaapchallenge: tips voor ouders



18 maart is de internationale dag van de slaap. Slaap is essentieel voor de gezondheid en welzijn van iedereen. Bij pubers verandert het slaappatroon: ze vallen moeilijker in slaap en ontdekken uitslapen. Wist u dat 42,7% van alle jongeren te kort slaapt? Piekeren, laat slapen door huiswerk en mediagebruik zijn de belangrijkste oorzaken. Het heeft niet alleen invloed op hun leerprestaties, maar ook op hun mentale gezondheid. Maar hoe kunnen ouders dat helpen oplossen? Met [slaaptips van jongeren zelf](#) én een uitdagende [SlaapChallenge](#): recharge yourself!

Tip voor VO-scholen: gratis online lespakket over slaap - [Charge your Brainzzz](#).

Luistertip: Gezonde School, de podcast

Hoe kunnen scholen bijdragen aan de fysieke en psychische gezondheid van hun leerlingen en studenten? In deze podcastserie gaat journalist en podcastmaker Maarten Dallinga op onderzoek. Hij bezoekt scholen en spreekt experts. Van voeding tot inclusiviteit en van beeldschermgebruik tot seksualiteit: allerlei onderwerpen komen aan bod. Iedere dinsdag verschijnt een nieuwe aflevering online. De podcast is gericht op professionals in en rond het onderwijs. Luister de podcast via www.gezondeschool.nl/podcast of via Spotify, Apple Podcast of Google Podcast.



Belangstellingsregistratie stimuleringsregelingen Gezonde School



Vanaf 7 maart biedt de Gezonde School weer 3 stimuleringsregelingen aan:

- [het ondersteuningsaanbod Gezonde School \(2022-2023\)](#)
- [de stimuleringsregeling Gezonde Relaties & Seksualiteit \(ronde 6\)](#)
- [de stimuleringsbijdrage Jong Leren Eten \(ronde 5\)](#)

Scholen, die gebruik willen maken van één of meer regelingen, kunnen tussen 7 maart en 19 april belangstelling registreren via het schoolaccount in Mijngezondeschool.nl.

Kijk voor meer informatie op www.gezondeschool.nl.

Agenda

- 1 tot en met 30 april: Ramadan
- 7 maart - 19 april: [aanvraag Ondersteuningsaanbod Gezonde school](#)
- 5 april: Buitenlesdag

- 21 april: Dag van de gezonde schoolkantine – vraag [hier](#) gratis ondersteuning

Colofon

Adresgegevens

GGD Zaanstreek-Waterland
Postbus 2056, 1500 GB Zaandam
T: (0900) 254 54 54
E: communicatie@ggdzw.nl

Redactie

Anne van Deuren (Gezondheidsbevordering)
Annelijn de Ligt (Gezond opgroeien)
Claudia Ris (Communicatie)
Marieke Laan (Jeugdgezondheidszorg)

Volg ons op:



E-mail opties

[Reageren](#)
[Mijn gegevens](#)
[Aanmelden](#)
[Afmelden](#)

www.ggdzw.nl