

Onderzoek onder 1343 jongeren

Jongeren en vrije tijd

Jongeren besteden vrije tijd aan

Social-media



Chillen met vrienden



Kijken



NETFLIX



Jongeren gebruiken gemiddeld

4,7 uur per dag hun telefoon

Tweederde (67%) wilt hun telefoon minder vaak gebruiken

2 uit vijf (40%) is verslaafd aan hun telefoon

Op de fiets gebruiken jongeren hun telefoon het vaakst om

1. Muziek te selecteren/veranderen
2. De route te bekijken
3. Berichtjes te lezen/versturen



Jongeren en middelengebruik

Onderzoek onder 1343 jongeren

Cannabis gebruik is gedaald

2021 14% 2023 11% 2025 5%

XTC gebruik is gedaald

2021 26% 2023 25% 2025 13%

Gebruik alcohol stabiel gebleven

2021 57% 2023 52% 2025 57%

Zorgelijke trend

Alcoholgebruik onder 12-15 jarigen

2021 14% 2023 20% 2025 23%

96%

vindt rijden onder
invloed van drugs
gevaarlijk

95%

vindt rijden onder
invloed van alcohol
gevaarlijk





jongeren met **impact**

TeamAlert

JONGEREN VAN NU

Jongeren en Vrije Tijd



Stichting TeamAlert
Jongeren met impact

Nijverheidsweg 25
3534 AM Utrecht
Tel: 030-2232893
info@teamalert.nl
www.teamalert.nl

Onderzoek en rapportage:
Stan Alewijnse
Saar Hadders
Sjoerd van Halem

November 2025

Over TeamAlert

Jongeren hebben een grotere kans op een ongeluk dan andere weggebruikers in Nederland. TeamAlert zet zich daarom dagelijks in om het aantal jongeren dat betrokken is bij een verkeersongeval te verminderen. Dit doet TeamAlert door ze uit te dagen om slimme keuzes in het verkeer te maken, zodat zij altijd veilig onderweg zijn. Vanuit die visie doen we onderzoek en ontwikkelen we projecten en social media-acties. Met Young Influence, ons jongerenpanel, zijn we in staat om continue in te spelen op de veranderende behoeften van jongeren. Meer dan 8000 leden tussen de 12 en 24 jaar worden zo actief bij onze onderzoeken en interventies betrokken.

Met een groeiend team van zo'n dertig young professionals en meer dan veertig jonge jongerenvoorlichters op locatie, realiseert TeamAlert jaarlijks ruim duizend interventies op o.a. scholen en festivals. Daar spreken we leeftijdsgenoten aan vanuit hun eigen belevingswereld. Een originele en positieve boodschap is hierbij essentieel. Dankzij de wetenschappelijke onderbouwing binnen onze projecten motiveert TeamAlert jaarlijks meer dan 100.000 jongeren en weten we positieve gedragsverandering teweeg te brengen.

© Deze rapportage is gemaakt door TeamAlert. Bij het reproduceren, publicitair vrijgeven of uitvoeren van deze rapportage wordt TeamAlert graag op de hoogte gesteld.

INHOUD

Inleiding	6
Jongeren en vrije tijd	7
Het onderzoek	8
Onderzoeksvragen	9
Werving	9
Deelnemers	10
De resultaten	11
Vrije tijd	11
Telefoongebruik	17
Middelengebruik	21
Conclusies & Aanbevelingen	31
Conclusies	32
Aanbevelingen	33
Bijlagen	34
Bronnen	35
Statistische Analyses	36
Weging	37
Vragenlijst	38
Interactiefiguren	42
Extra Data	46

INLEIDING



01 | INLEIDING

Jongeren bevinden zich in een levensfase waarin vrije tijd een belangrijke rol speelt. Uit cijfers van het Sociaal en Cultureel Planbureau (2019) blijkt dat jongeren tussen rond de 40 uur per week aan vrije tijd hebben. Vrije tijd is daarmee een groot en bepalend onderdeel van het dagelijks leven van jongeren. Het is bovendien een belangrijke context waarin jongeren zich ontwikkelen, sociale contacten onderhouden en experimenteren met nieuwe rollen en activiteiten (Christie & Viner, 2005). Vrijtijdsbesteding gaat dan ook verder dan ontspanning alleen; het is een manier voor jongeren om te ontdekken wie ze zijn en wat bij hen past.

Vrije tijd en verkeer

Vrije tijd staat niet los van verkeer. Veel vrijtijdsactiviteiten van jongeren brengen hen in beweging: of het nu gaat om naar vrienden gaan, sporten, uitgaan of deelnemen aan evenementen. Soms vormt verkeer een middel om vrije tijd te bereiken, zoals reizen naar een festival, en soms is verkeer zelf een vrijtijdsactiviteit, bijvoorbeeld fietsen, skeeleren of toeren met de auto. Vrije tijd kan daarnaast gedragingen oproepen die invloed hebben op verkeersveiligheid. Denk aan het gebruik van social media onderweg, of middelengebruik tijdens het uitgaan dat kan leiden tot deelname aan het verkeer onder invloed (TeamAlert, 2020). Het begrijpen van de relatie tussen vrije tijd en verkeer is daarom essentieel om jongeren effectief te bereiken met verkeersveiligheidsinterventies.

Telefoongebruik

Een groot deel van de vrije tijd van jongeren speelt zich tegenwoordig online af. Social media en smartphones nemen een centrale plek in het leven van jongeren in. Platforms zoals Instagram, Snapchat en TikTok vormen niet alleen een bron van vermaak, maar ook een belangrijk middel om in contact te blijven met vrienden. Toch brengt dit telefoongebruik ook risico's met zich mee. Onderzoek laat zien dat een aanzienlijk deel van de jongeren social media gebruikt in het verkeer (TeamAlert, 2020). Daarmee vormt telefoongebruik in de vrije tijd een belangrijke factor om mee te nemen in het begrijpen van het verkeersgedrag van jongeren

Middelengebruik

Vrije tijd is voor veel jongeren ook de context waarin middelengebruik plaatsvindt. Alcohol, cannabis en uitgaansdrugs worden vooral gebruikt tijdens feestjes, festivals of avonden in de stad (Trimbos, 2020). Hoewel middelengebruik onder jongeren de afgelopen decennia is gedaald, blijft het sterk verbonden met hun sociale vrijtijdsbesteding. Dit brengt risico's met zich mee voor verkeersveiligheid, bijvoorbeeld wanneer jongeren na het drinken of gebruiken toch deelnemen aan het verkeer. Middelengebruik in de vrije tijd is daarom niet alleen een gezondheidsthema, maar ook een verkeersveiligheidsvraagstuk.

Het huidige onderzoek

Om inzicht te krijgen in hoe jongeren hun vrije tijd beleven, heeft TeamAlert in de zomer van 2025 een kwantitatief onderzoek uitgevoerd. De resultaten van dit onderzoek worden vergeleken met eerdere metingen uit 2023 en 2021, zodat trends zichtbaar worden. Deze bevindingen worden in dit rapport beschreven.

HET ONDERZOEK



02 | HET ONDERZOEK

9

Het doel van dit onderzoek is om inzicht te krijgen in hoe jongeren hun vrije tijd besteden. Het huidige onderzoek in dit rapport is een 2-jaarlijkse meting. In een aantal analyses worden de resultaten tussen de verschillende metingen uit 2021, 2023, en 2025 met elkaar vergeleken.

Onderzoeksvragen

In het onderzoek staan de volgende onderzoeksvragen centraal:

- ▶ Hoe besteden jongeren hun vrije tijd, en in hoeverre zijn ze daar tevreden mee?
- ▶ Op welke manier gebruiken jongeren hun telefoon (in het dagelijks leven en in het verkeer), en welke risico's ervaren zij daarbij?
- ▶ Welke middelen (alcohol, drugs) gebruiken jongeren, in welke contexten doen zij dit, en hoe beïnvloedt dit hun verkeerskeuzes
- ▶ Welke houdingen en opvattingen hebben jongeren over de risico's van rijden onder invloed?

Werving

De werving van dit onderzoek vond plaats tussen 7 juli en 30 juli 2025 via social media en via *YoungInfluence*, het jongerenpanel van TeamAlert. Via deze kanalen is een oproep verspreid waarin jongeren tussen de 12 en 24 jaar oud gevraagd werden wat zij doen in hun vrije tijd. In de wervingstekst stond vermeld dat deelnemers kans maken op een cadeaubon van €50.

Op de volgende pagina geven we een overzicht van de deelnemers.

Data-analyse

Bij het analyseren van de data zijn meerdere analyses gebruikt. Bij de thema's waarbij de items continue variabelen zijn (bijvoorbeeld 'gevoel van genoeg vrije tijd') wordt gebruikt gemaakt van een multivariate variantie-analyse (MANOVA) om een verschil in uitkomsten van de groepen uit 2021, 2023, en 2025 te toetsen.

02 | HET ONDERZOEK

Deelnemers

In Tabel 1 worden de demografische kenmerken van de deelnemers weergegeven. In totaal hebben 1343 deelnemers de vragenlijst compleet ingevuld met een gemiddelde leeftijd van 16.4 jaar. In 2021 hebben 1047 jongeren deelgenomen aan de vragenlijst en in 2023 waren dat er 599. Alle metingen vonden plaats onder verschillende jongeren. Onder laagopgeleid wordt basisonderwijs, vmbo, en mbo verstaan, onder middelbaar opgeleid wordt havo, vwo of gymnasium verstaan en onder hoogopgeleid wordt hbo of wo verstaan.

Weging

Om de analyses te kunnen spiegelen aan de Nederlandse populatie jongeren, hebben we beide steekproeven gewogen op geslacht en leeftijd. In Bijlage 3 rapporteren we de gewichten die zijn gebruikt voor elke subgroep. De statistische analyses die zijn gebruikt om de resultaten met 2023 en 2021 te vergelijken, zijn te vinden in Bijlage 2.

Kenmerk			
	2021 (N = 1047)	2023 (N = 599)	2025 (N = 1343)
Leeftijd			
	gem. = 17.04	gem. = 16.47	gem. = 16.37
12 t/m 15 jaar	29%	38%	45%
16 en 17 jaar	34%	38%	27%
18 t/m 20 jaar	26%	16%	18%
21 t/m 24 jaar	11%	8%	11%
Geslacht			
Man	35%	32%	19%
Vrouw	65%	68%	78%
Anders	-	-	3%
Opleiding			
Laag	15%	23%	16%
Middel	61%	66%	64%
Hoog	24%	11%	20%

Tabel 1. Demografische gegevens deelnemers

VRIJE TIJD

DE RESULTATEN

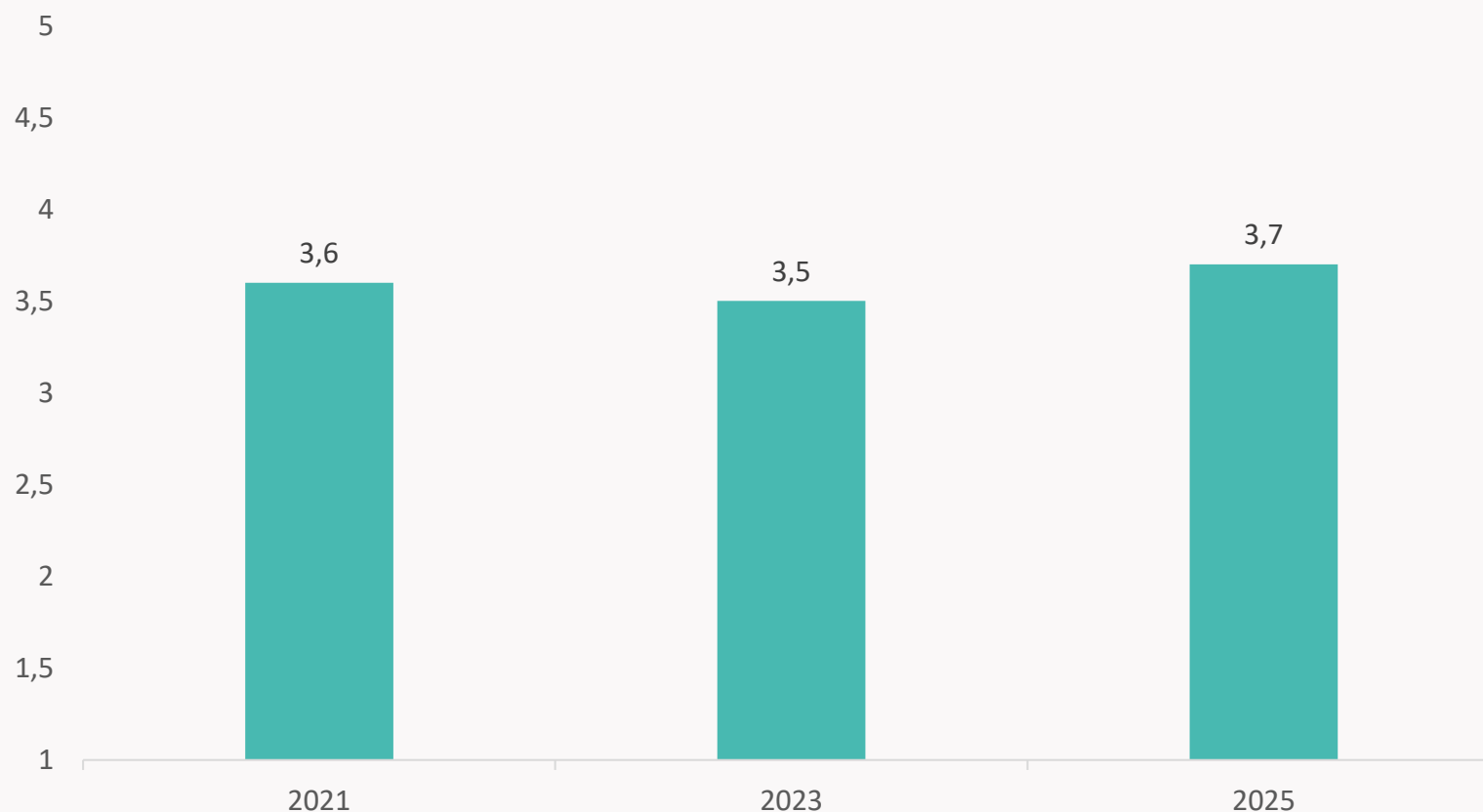


03 | RESULTATEN

VRIJE TIJD

12

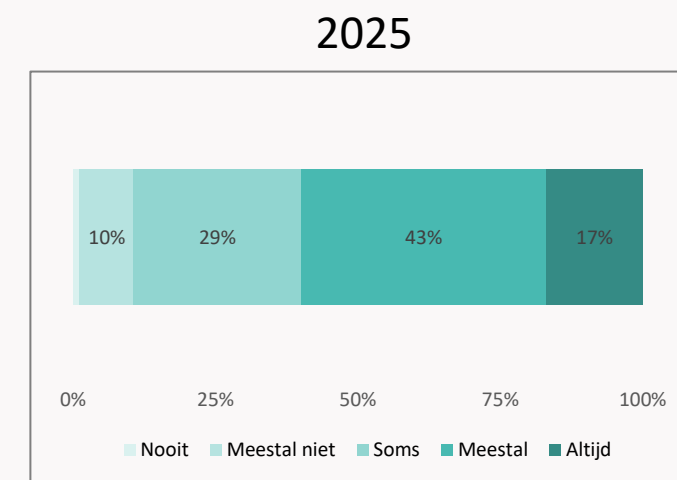
In hoeverre hebben jongeren voor hun gevoel genoeg vrije tijd?



Figuur 1a: In hoeverre hebben jongeren voor hun gevoel genoeg vrije tijd? [1 = nooit, 5 = altijd]

Allereerst vroegen we de jongeren in hoeverre zij vinden dat ze genoeg vrije tijd hebben. Figuur 1b laat zien dat in 2025 meer dan de helft van de jongeren (60%) meestal of altijd genoeg vrije tijd ervaren ($M = 3.65$). Slechts een klein deel van de jongeren (12%) geeft aan voor hun gevoel te weinig of nooit vrije tijd te hebben.

Als we dit vergelijken met voorgaande jaren, is de trend relatief stabiel. Er is een erg kleine, maar significante **stijging ten opzichte van 2023** ($M = 3.53$), maar geen verschil ten opzichte van 2021 ($M = 3.58$, $\eta^2 = .003$).



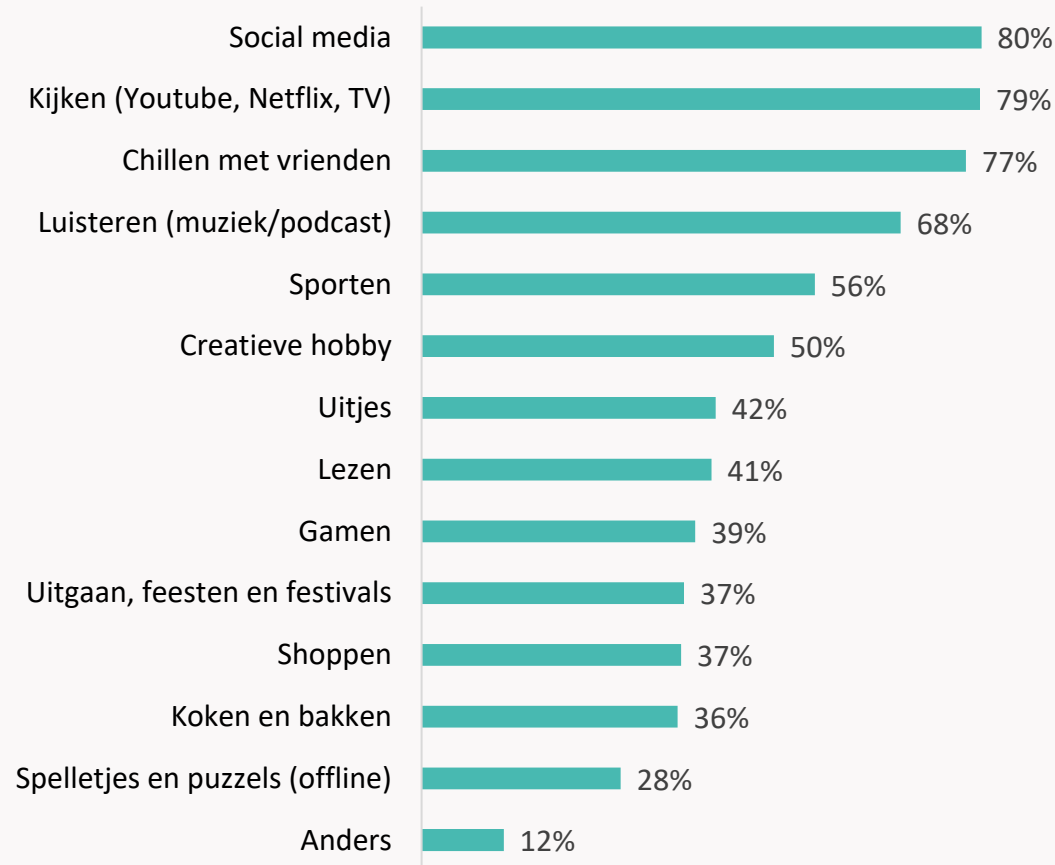
Figuur 1b: Resultaten uit 2025

03 | RESULTATEN

VRIJE TIJD

13

Wat doen jongeren in hun vrije tijd in 2025?

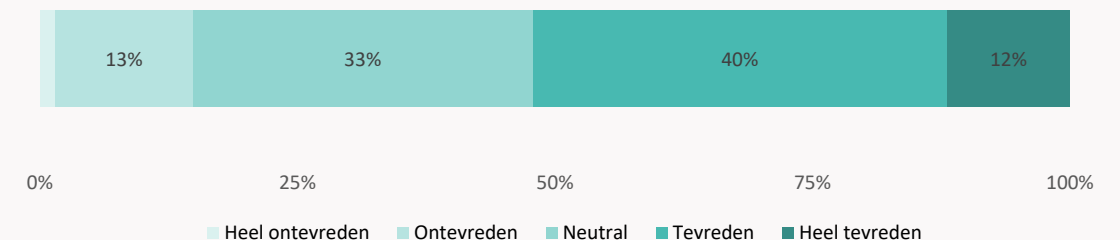


Figuur 2: Wat doe jij in je vrije tijd?

Figuur 2 laat zien op welke manier jongeren in 2025 hun vrije tijd besteden. Media-gerelateerde activiteiten staan hoog op deze lijst. Het gebruik van social media (80%) en het kijken van media zoals Youtube of Netflix (79%) worden door het overgrote deel van de jongeren gedaan. Ook het luisteren van muziek of podcasts als vrijetijdsbesteding doet het grootste deel van de jongeren (68%). Andere populaire activiteiten zijn chillen met vrienden (77%) en sporten (56%).

In Figuur 3 is te zien dat meer dan de helft van de jongeren (52%) in 2025 tevreden of heel tevreden is met de manier waarop zij hun vrije tijd besteden. Eén op de drie jongeren is hier neutraal over en 15% geeft aan hier tevreden of heel ontevreden over te zijn.

Zijn jongeren in 2025 tevreden over hoe ze hun vrije tijd besteden?



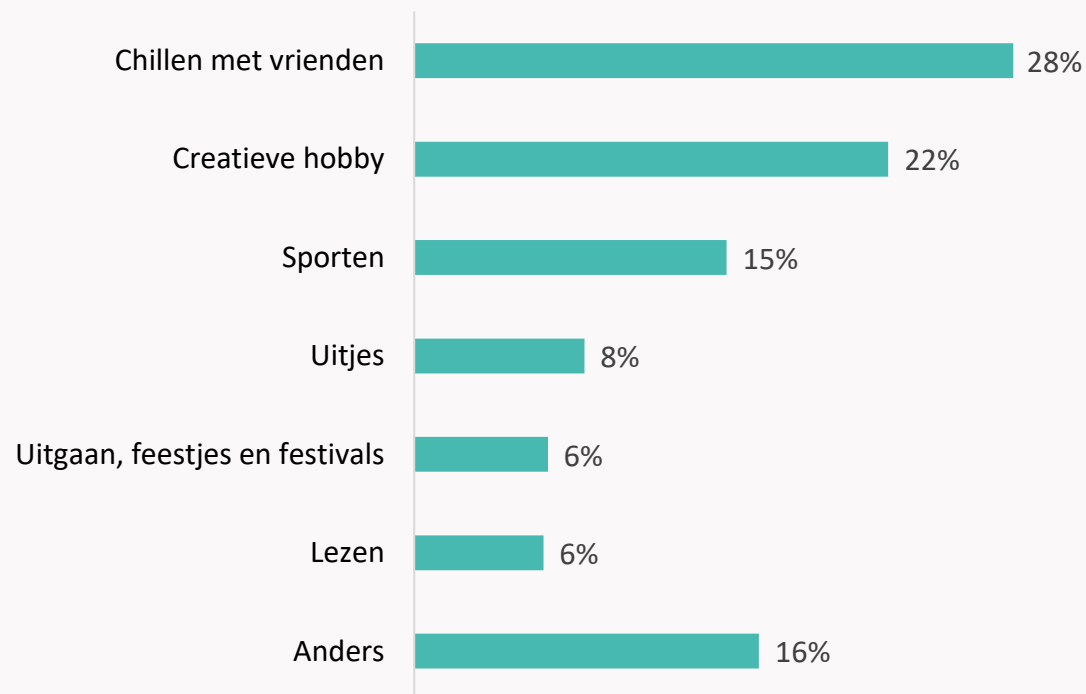
Figuur 3: Ben je tevreden met hoe je je vrije tijd besteedt?

03 | RESULTATEN

VRIJE TIJD

De activiteiten waar jongeren het liefst hun vrije tijd aan zouden besteden zijn te zien in Figuur 4. Meer dan een kwart geeft aan het liefst met vrienden te chillen (28%), 22% besteed vrije tijd het liefst aan een creatieve hobby en 15% wil het liefst sporten.

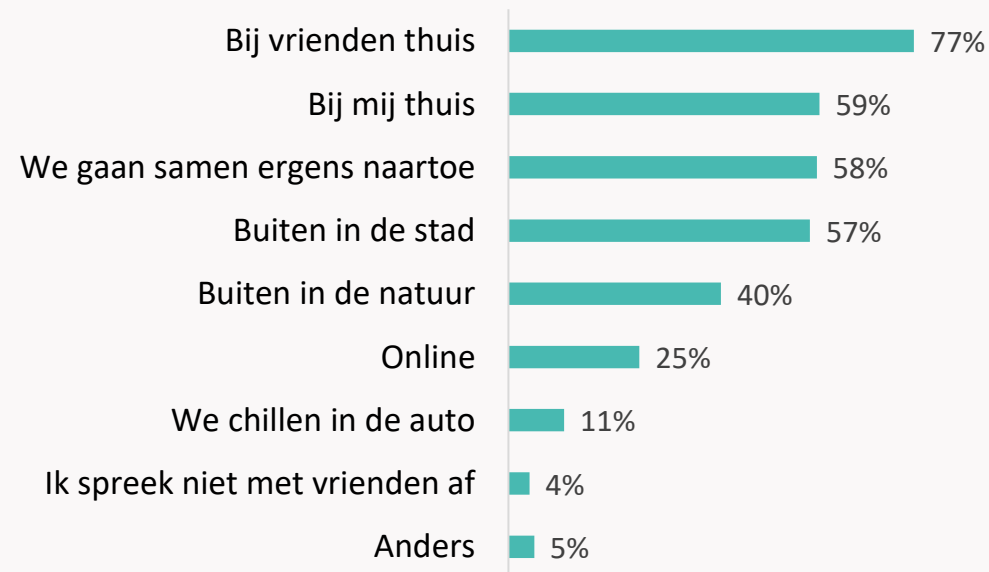
Waar zouden jongeren in 2025 het liefst hun vrije tijd aan besteden?



Figuur 4: Waar zou jij het liefst je vrije tijd aan willen besteden?

Figuur 5 laat zien dat waar jongeren met hun vrienden afspreken, ze dit meestal doen bij vrienden thuis (77%) of in hun eigen huis (59%). Ook gaan ze vaak gezamenlijk ergens naartoe (58%), buiten in de stad (57%) of natuur (40%). Minder gekozen opties zijn online afspreken (25%) of in de auto chillen (11%). Van alle jongeren geeft 4% aan niet af te spreken met vrienden. Daarnaast gaf 4% aan ergens anders af te spreken met hun vrienden. Jongeren noemden hierbij school en locaties waar je kunt sporten als voornaamste alternatieven.

Waar spreken jongeren af met hun vrienden in 2025?



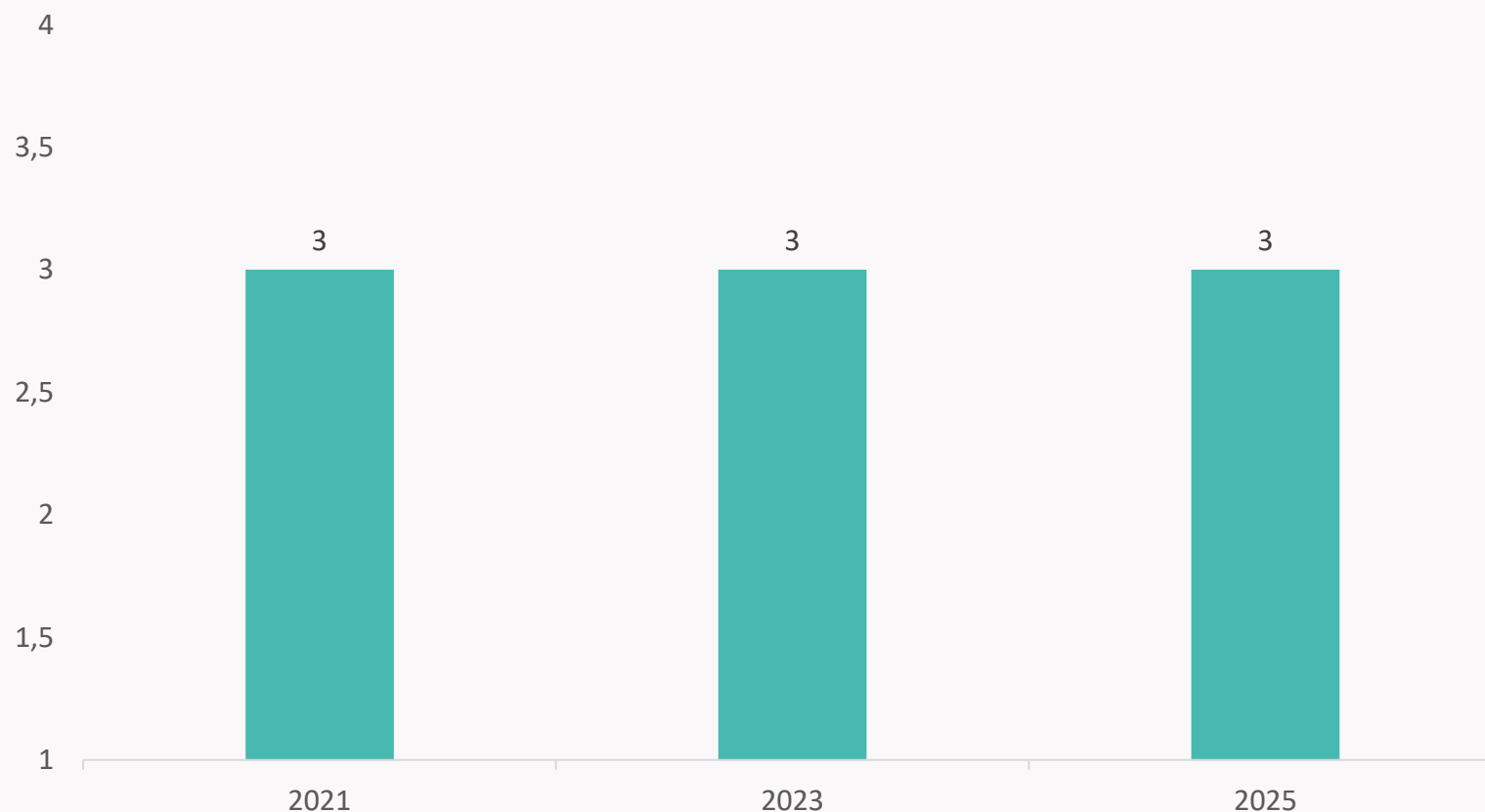
Figuur 5: Waar spreken jij en je vrienden met elkaar af?

03 | RESULTATEN

VRIJE TIJD

15

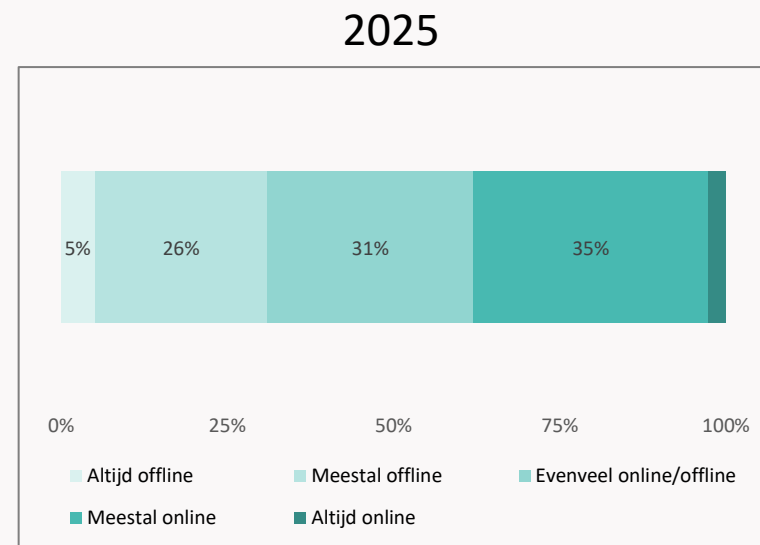
Hoe spreken jongeren hun vrienden buiten school/werk?



Figuur 6a: Hoe spreek jij je vrienden meestal (buiten schooltijd of werk)? [1 = altijd offline, 5 = altijd online]

Figuur 6b laat zien dat jongeren elkaar ongeveer even veel offline als online spreken. Iets minder dan een derde (31%) geeft aan evenveel online en offline contact te hebben met vrienden, een even grote groep geeft aan meestal of altijd offline contact te hebben. De overige 38% gaf aan meestal of altijd online contact met vriend te hebben.

Vergelijkbare verdelingen waren ook te zien in 2021 en 2023, en tussen deze jaren observeren we dan ook geen significante verschillen.



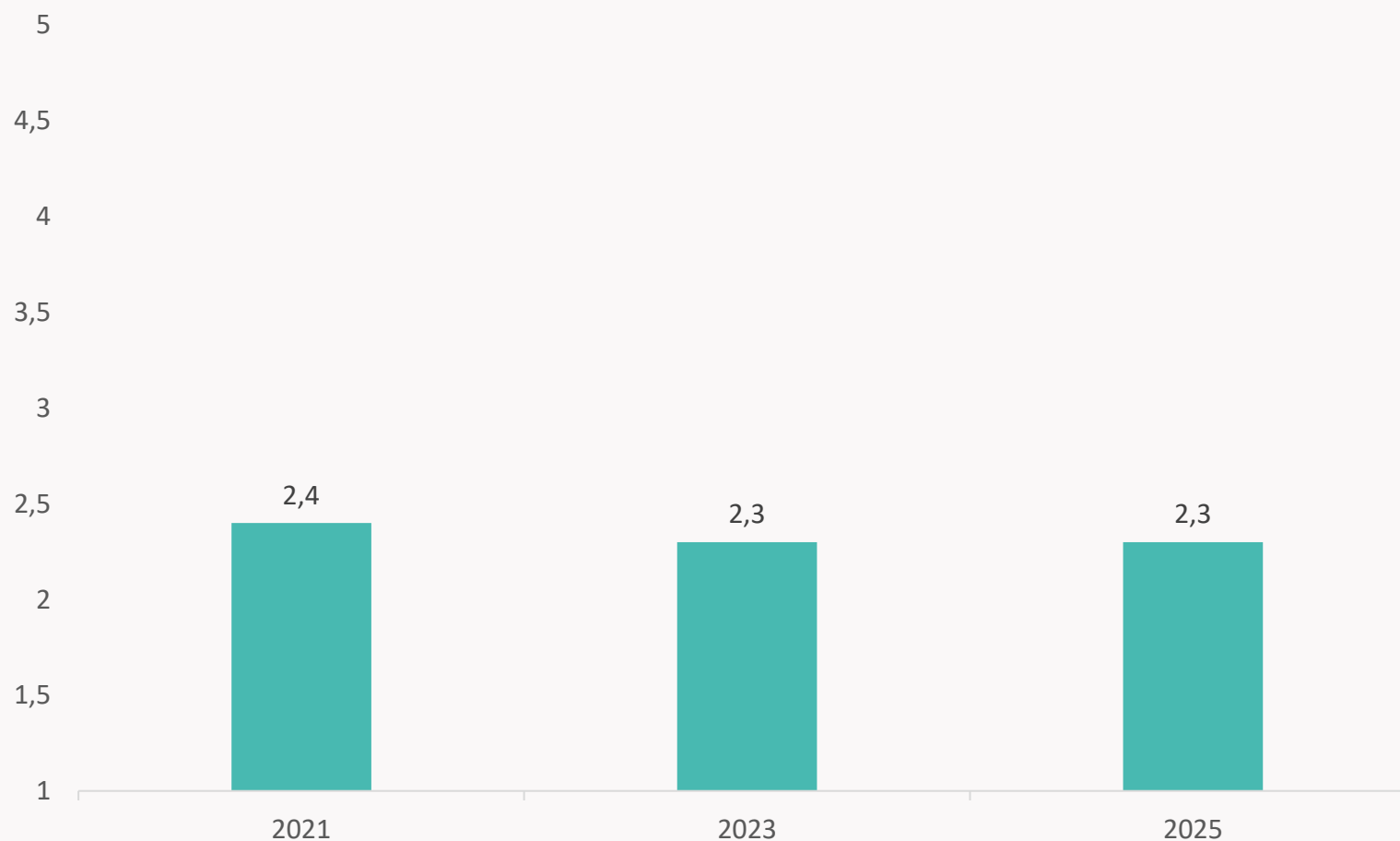
Figuur 6b: Resultaten uit 2025

03 | RESULTATEN

VRIJE TIJD

16

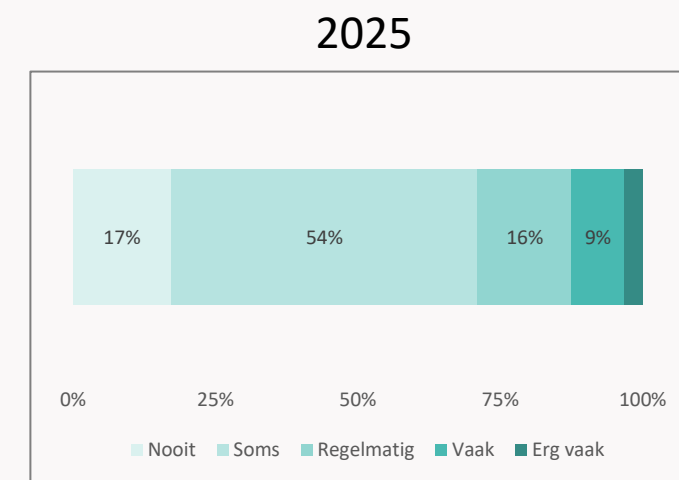
Hoe vaak voelen jongeren zich **eenzaam**?



Figuur 7a: Hoe vaak voel jij je eenzaam?

Op de vraag in hoeverre jongeren zich eenzaam voelen, gaf het grootste deel van de jongeren in 2025 aan zich nooit (17%) of enkel soms (54%) eenzaam te voelen (Figuur 7b). Echter is er ook een aanzienlijk deel van de jongeren (29%) die zich regelmatig of (erg) vaak eenzaam voelt.

Vergeleken met voorgaande jaren is deze trend stabiel. Het is significant **minder dan in 2021** ($M = 2.44$), maar evenveel als 2023 ($M = 2.29$, $\eta^2 = .006$).



Figuur 7b: Resultaten uit 2025

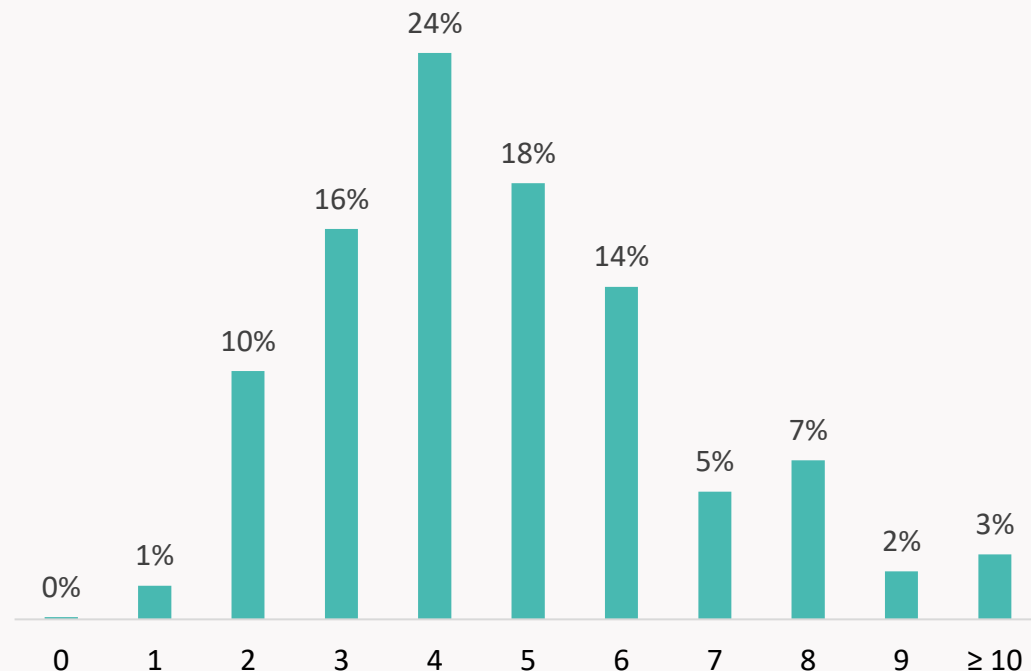
TELEFOONGEBRUIK

DE RESULTATEN

03 | RESULTATEN

TELEFOONGEBRUIK

Hoe lang gebruiken jongeren in 2025 per dag hun telefoon?



Figuur 8a: Hoeveel uur zit je gemiddeld per dag op je telefoon?

Responses van 20 of hoger zijn niet meegeteld met het gemiddelde.

We hebben de jongeren gevraagd naar hun telefoongebruik. Daarbij lieten jongeren gemiddeld weten dat ze per dag **4,7 uur** op hun telefoon zitten. Bijna een kwart van de jongeren (24%) geeft aan dagelijks gemiddeld 4 uur per dag op hun telefoon te zitten. Voor iets meer dan een kwart (27%) is dit minder dan vier uur. Bijna de helft (49%) geeft aan gemiddeld meer dan vier uur per dag te besteden aan hun telefoon.

Twee derde (67%) van de jongeren geeft aan dat ze hun telefoon minder vaak willen gebruiken (Figuur 8b). Daarnaast geeft twee uit de vijf jongeren (40%) aan dat ze verslaafd zijn aan hun telefoon, terwijl 29% zichzelf niet verslaafd vindt.

Ik wil mijn telefoon minder vaak gebruiken



Ik ben verslaafd aan mijn telefoon



■ Helemaal mee oneens ■ Mee oneens ■ Neutraal
■ Mee eens ■ Helemaal mee eens

Figuur 8b: In hoeverre ben je het eens met de volgende stellingen?

03 | RESULTATEN

TELEFOONGEBRUIK

19

We hebben jongeren gevraagd in hoeverre telefoongebruik op de fiets voor hen een automatisme is.

Hoewel de meerderheid van de jongeren (77%) het niet lastig vindt om van hun telefoon af te blijven tijdens het fietsen, geeft 12% aan dit wel lastig te vinden (Figuur 9).

Een ongeveer even groot deel van de jongeren (13%) geeft ook aan dat ze hun telefoon tijdens het fietsen pakken zonder erbij na te denken. De meerderheid (80%) doet dit naar eigen zeggen niet.

Meer dan de helft van de jongeren (56%) geeft aan dat ze juist extra goed op het verkeer letten als ze op hun telefoon zitten tijdens het fietsen.

Ik vind het lastig om van mijn telefoon af te blijven tijdens het fietsen



Ik pak mijn telefoon tijdens het fietsen zonder erbij na te denken



Als ik op mijn telefoon zit tijdens het fietsen, let ik extra goed op het verkeer om me heen



■ Helemaal mee oneens ■ Mee oneens ■ Neutraal ■ Mee eens ■ Helemaal mee eens

Figuur 9: In hoeverre ben je het eens met de volgende stellingen?

Percentages kleiner dan 5% worden voor de leesbaarheid niet weergegeven in het figuur.

03 | RESULTATEN

DRUKTE OP DE WEG

Figuur 10 laat zien hoe vaak jongeren in de afgelopen twee weken verschillende handelingen hebben gedaan met hun telefoon in de hand tijdens het fietsen. Veel jongeren geven aan de meeste handelingen nooit of bijna nooit te doen.

Social media bekijken en bellen wordt het minste door jongeren gedaan. De meerderheid (87%) van de jongeren geeft aan (bijna) nooit social media te bekijken tijdens het fietsen, net als bellen met de telefoon in de hand (76%).

Ook berichtjes lezen of versturen (69%) en de route bekijken (67%) wordt door het grootste deel van de jongeren (bijna) nooit gedaan.

Echter geeft ook bijna een derde van de jongeren (30%) aan weleens de route te bekijken tijdens het fietsen. Ook geeft bijna de helft (48%) van de jongeren aan dat ze weleens muziek selecteren of veranderen tijdens het fietsen.

Hoe vaak hebben jongeren in de afgelopen twee weken tijdens het fietsen met hun telefoon in de hand...

20

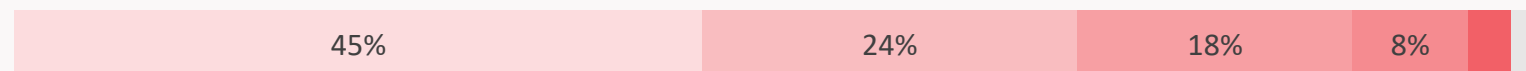
...muziek geselecteerd/veranderd



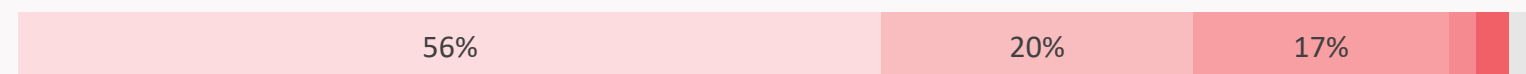
...de route bekeken



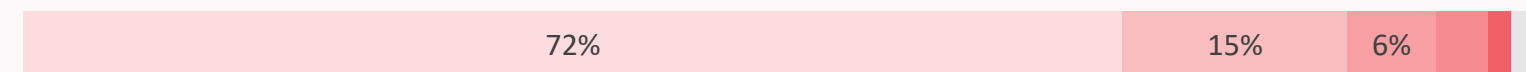
...berichtjes gelezen/verstuurd



...gebeld



...social media bekeken



■ Nooit ■ Bijna nooit ■ Tijdens sommige ritten ■ Tijdens bijna elke rit ■ Tijdens elke rit ■ Niet van toepassing

Figuur 10: In hoeverre ben je het eens met de volgende stellingen?

Percentages kleiner dan 5% worden voor de leesbaarheid niet weergegeven in het figuur.

MIDDELENGEBRUIK

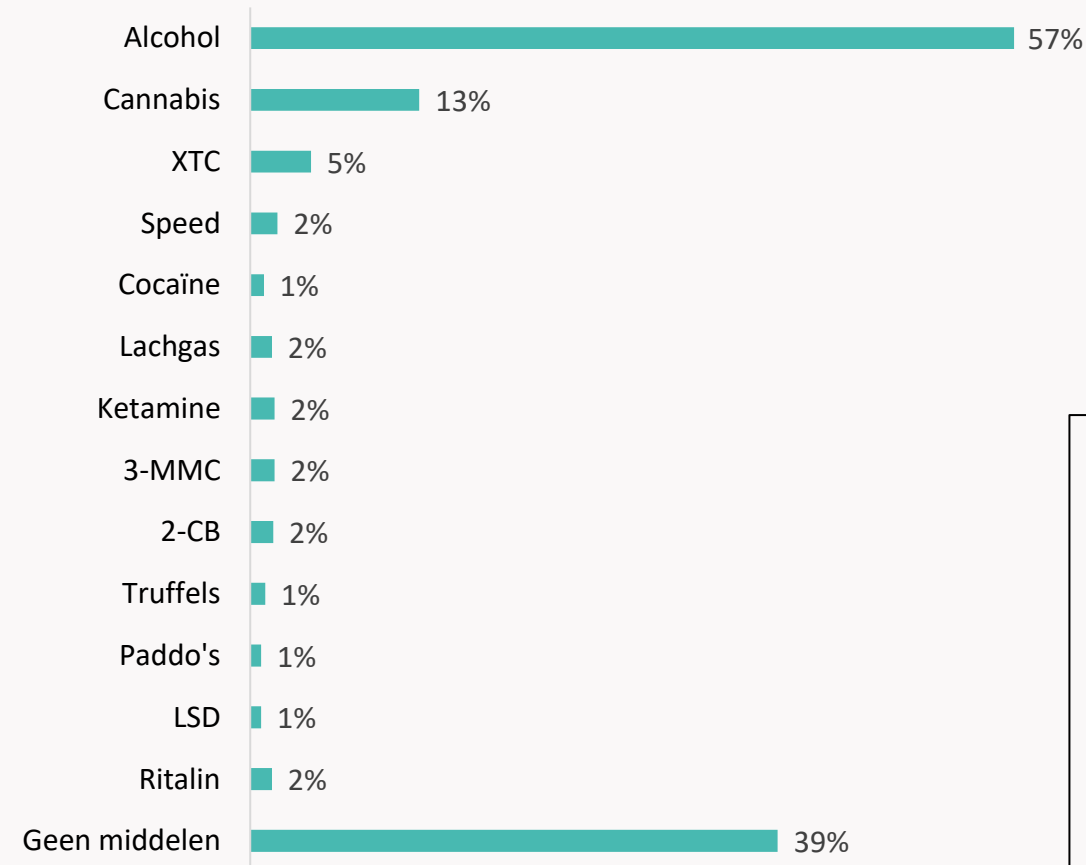
DE RESULTATEN

03 | RESULTATEN

MIDDELENGEBRUIK

22

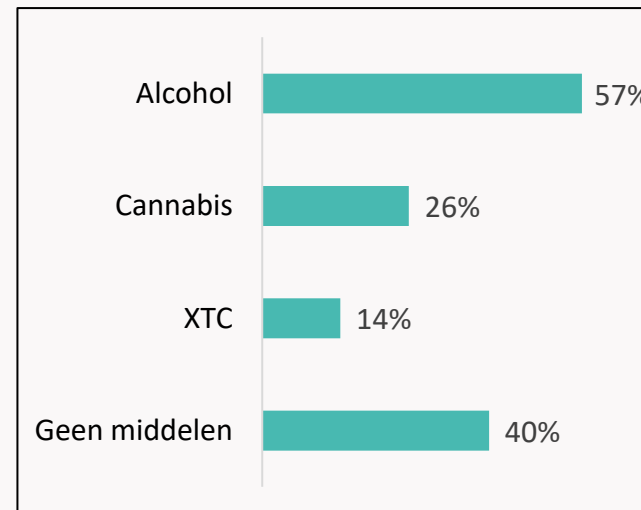
Welke middelen gebruiken jongeren in 2025?



In Figuur 11a is te zien welke middelen jongeren in 2025 gebruiken. Van alle jongeren geeft 39% aan helemaal geen middelen te gebruiken. Meer dan de helft van de jongeren (57%) geeft aan weleens alcohol te gebruiken. Behalve alcohol worden cannabis (13%) en XTC (5%) ook door een aantal jongeren genoemd. Andere middelen worden door slechts een klein deel van de jongeren gebruikt.

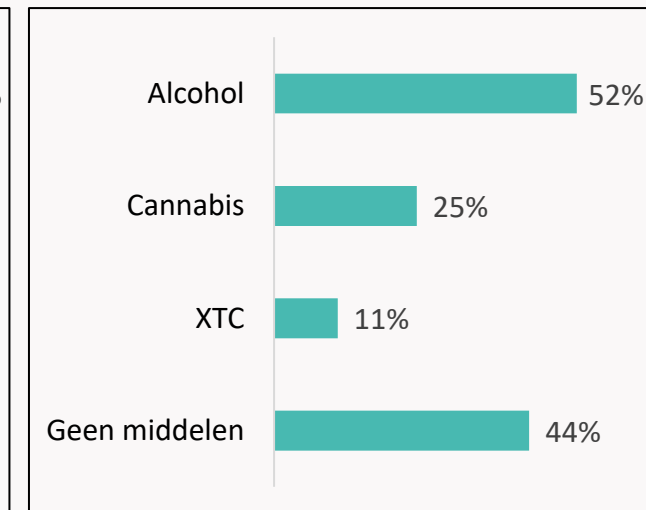
Vergeleken met voorgaande jaren is het gebruik van **cannabis en XTC significant gedaald**. In 2023 gebruikte 25% van de jongeren nog cannabis, terwijl dit in 2025 de helft is (13%, $V = .15$). Hetzelfde geldt voor XTC; in 2023 gebruikte 11% van de jongeren deze drug, terwijl het dit jaar slechts 5% was ($V = .12$). Het gebruik van alcohol niet significant veranderd.

2021



Figuur 11b: Resultaten uit 2021

2023



Figuur 11c: Resultaten uit 2023

Figuur 11a: Welke van de onderstaande middelen gebruik je weleens?

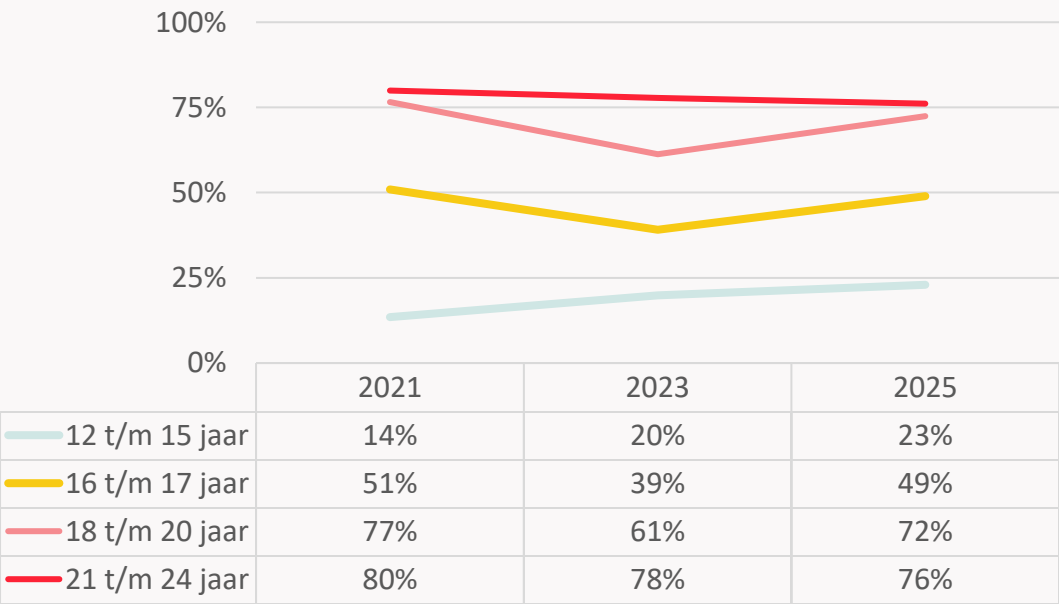
Jongeren konden ook kiezen voor GHB, 4-FA, 4-MMC, en Benzodiazepine. Deze percentages waren te laag om te weergeven in de figuur.

03 | RESULTATEN

MIDDELENGEBRUIK

Figuur 12a toont de trends in het gebruik van alcohol per leeftijdsgroep. In 2025 drinkt driekwart (75%) van de volwassene jongeren alcohol. In de groep van 16 en 17 jaar is dit helft (49%), en onder de groep van 12 tot en met 15 jaar drinkt een kwart (23%) weleens alcohol. Onder deze leeftijdsgroep (12 t/m 15 jaar) lijkt het gebruik van alcohol sinds 2021 te zijn toegenomen. Bij de andere leeftijdsgroepen lijkt er geen duidelijke ontwikkeling te zijn.

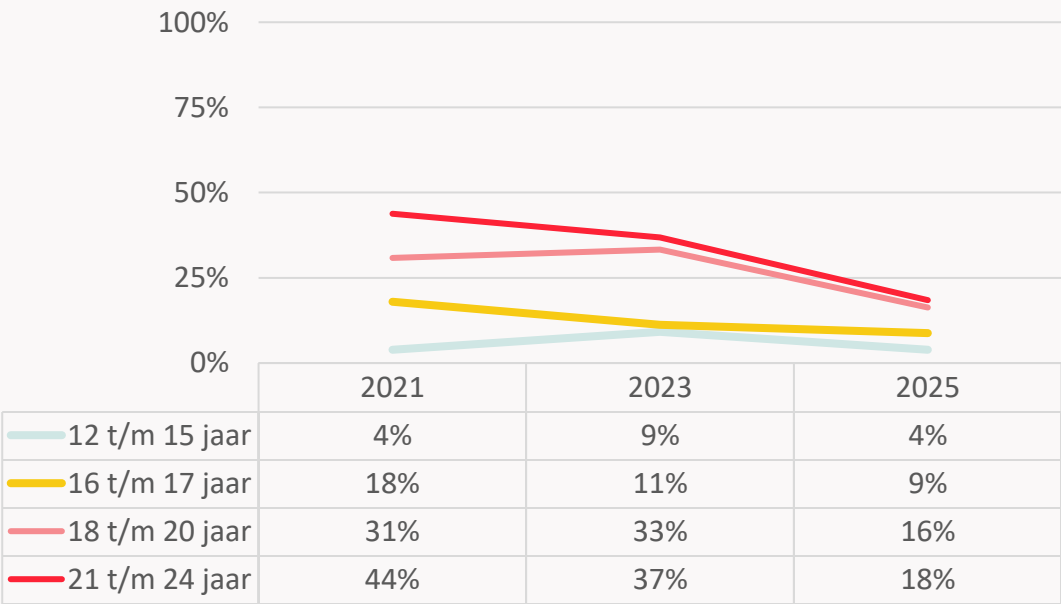
Hoeveel jongeren gebruiken alcohol per leeftijdsgroep?



Figuur 12a: Alcoholgebruik per leeftijdsgroep.

Figuur 12b laat zien dat het gebruik van cannabis in elke leeftijdsgroep lijkt te dalen. Zo gebruikte in 2023 nog 35% van de volwassene jongeren cannabis, terwijl dit in 2025 18% is. Onder jongeren van 16 en 17 jaar gebruikt 9% cannabis, en voor jongeren van 12 tot en met 15 jaar is dit 4%. Verschillen voor gender zijn te vinden in Bijlage 5.

Hoeveel jongeren gebruiken cannabis per leeftijdsgroep?



Figuur 12b: Cannabisgebruik per leeftijdsgroep.

03 | RESULTATEN

MIDDELENGEBRUIK

24

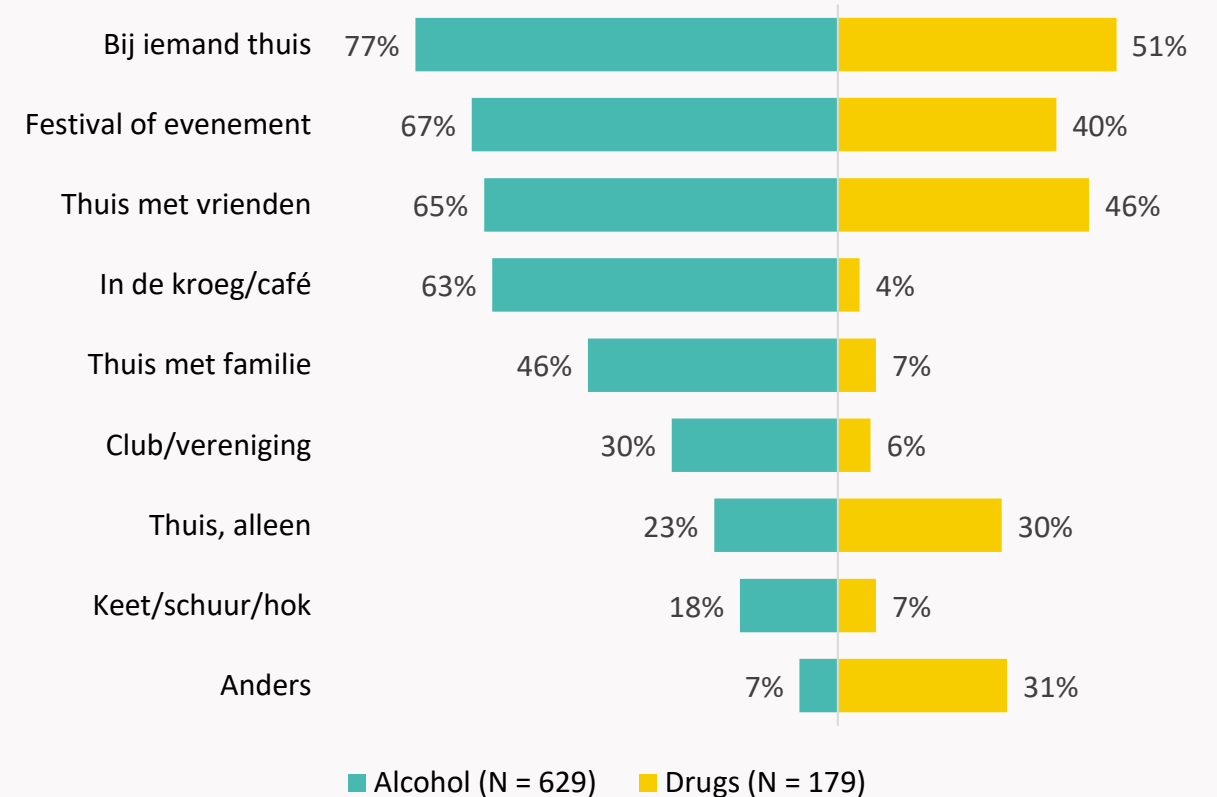
In Figuur 13 is te zien in welke situaties jongeren alcohol drinken of drugs gebruiken. Zowel alcohol- als drugsgebruik gebeurt met name bij iemand thuis (77% en 51%), op een festival of evenement (67% en 40%), en thuis met vrienden (65% en 46%).

Daarnaast geeft een groot deel van de jongeren aan dat ze weleens alcohol drinken in de kroeg of café (63%), thuis met familie (46%), of bij een club of vereniging (30%). Bij deze locaties wordt door slechts een klein deel van de jongeren drugs gebruikt.

Een kleiner deel van de jongeren drinkt wel eens alleen thuis (23%) of in de keet (18%). Onder andere situaties geeft het grootste deel aan wel eens op werk of in een park te drinken.

Een deel van de jongeren (30%) zegt ook weleens alleen thuis drugs te gebruiken. Onder de andere situaties wordt gebruik in het park of in de natuur het meest genoemd.

Op welke momenten drinken jongeren wel eens alcohol en drugs in 2025?



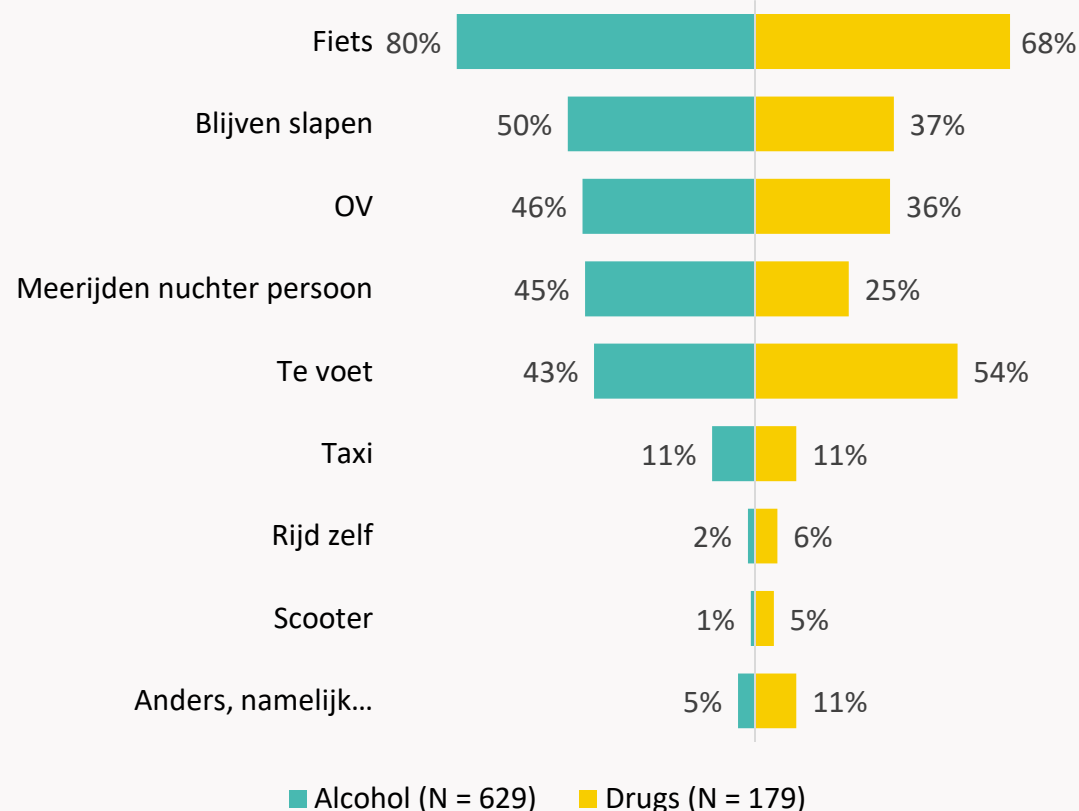
Figuur 13: [In welke situaties drink je weleens alcohol?]. [In welke situaties gebruik je weleens drugs (met drugs bedoelen we ook cannabis)?]

03 | RESULTATEN

MIDDELENGEBRUIK

25

Hoe gaan jongeren in 2025 naar huis na het gebruik van alcohol en drugs?



In Figuur 14 is te zien op welke manier jongeren naar huis gaan na het gebruik van alcohol en drugs.

Het overgrote deel (80%) van de jongeren geeft aan na het drinken van alcohol wel eens naar huis te gaan op de fiets. Daarnaast zijn blijven slapen (50%), openbaar vervoer (46%), meerijden met een nuchter persoon (45%) en lopen (43%) veelgebruikte manieren om terug naar huis te komen. Vergeleken met 2023 lijkt de fiets door minder jongeren te worden gebruikt (Bijlage 6).

Na drugsgebruik kiezen jongeren er vooral voor om met de fiets (68%) of lopend (54%) terug naar huis te gaan. Een klein, maar aanwezig percentage rijdt zelf (6%) of gaat met de scooter (5%) terug naar huis. Vergeleken met 2023 lijken de fiets en het openbaar vervoer minder populair te zijn (Bijlage 6).

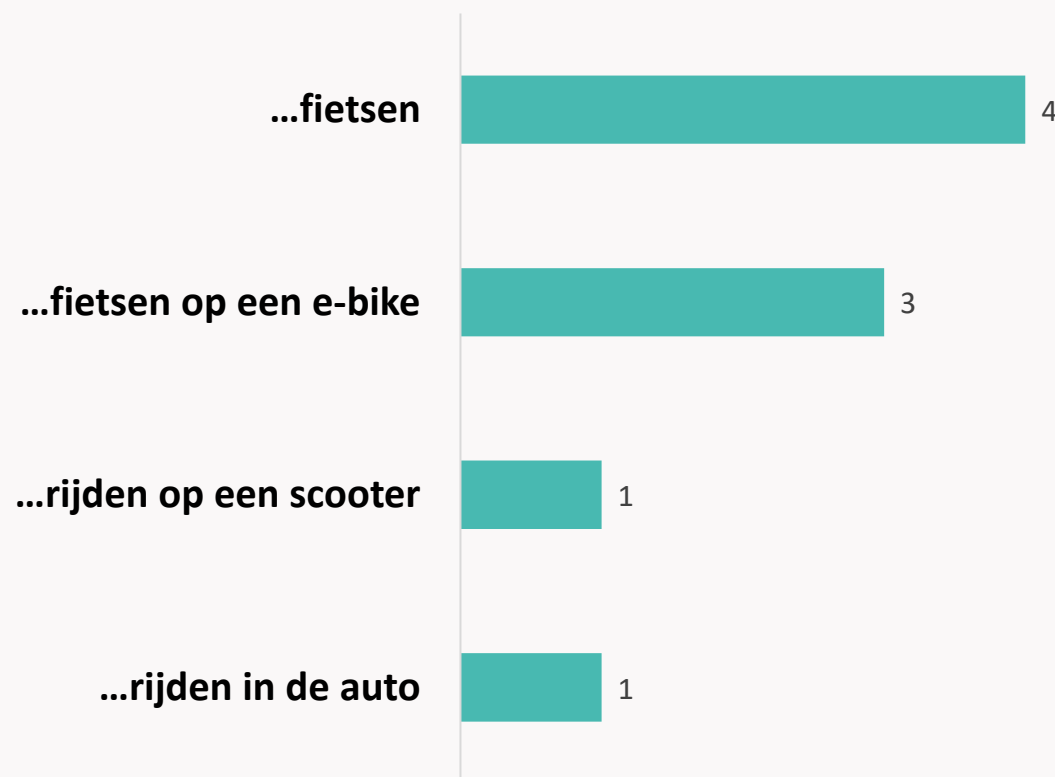
Figuur 14: [Hoe ga je naar huis wanneer je alcohol gedronken hebt?]. [Hoe ga je naar huis wanneer je drugs gebruikt hebt (met drugs bedoelen we ook cannabis)?]

03 | RESULTATEN

MIDDELENGEBRUIK

26

Na hoe veel drankjes vinden jongeren
in 2025 dat je nog kan...



We hebben jongeren gevraagd na hoeveel glazen alcohol ze vinden dat ze nog kunnen fietsen, fietsen op een e-bike, scooter rijden, en auto rijden.

Figuur 15 laat zien dat jongeren over het algemeen vinden dat je nog na 4 glazen alcohol kan fietsen. Bijna een kwart (22%) van de jongeren vindt dat ze nog na 10 of meer glazen kunnen fietsen (Figuur 16a). Op de e-bike vinden jongeren over het algemeen dat ze na 3 glazen alcohol nog kunnen fietsen. Een klein deel (12%) vindt dat dit nog kan na 10 glazen of meer (Figuur 16b). De verdeling is te vinden op de volgende pagina.

Zowel bij de scooter als de auto vinden jongeren over het algemeen dat je na één glas alcohol nog kan rijden. Voor de scooter vindt een derde van de jongeren (35%) dat je bij het eerste drankje al niet meer kan rijden (Figuur 17a), en bij de auto is dit bijna de helft (47%, Figuur 17b). De verdeling is te vinden op pagina 28.

Met name bij de fiets zijn leeftijdsverschillen te zien (Bijlage 6). Zo vindt de groep van 21 t/m 24 jaar dat je nog na 6 drankjes kan fietsen, terwijl dit bij de groep van 12 t/m 15 jaar nog 3 drankjes is. Ook geven mannen over het algemeen 5 glazen aan, terwijl dit voor vrouwen 4 glazen zijn.

Figuur 15: Na hoeveel drankjes (alcohol) vind je dat je nog kan...

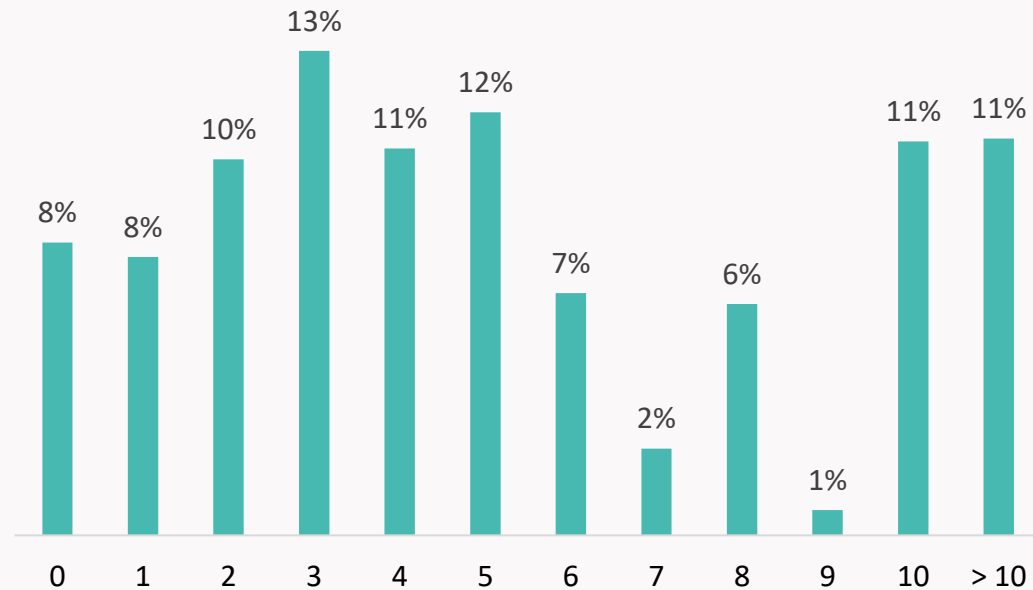
Mediaan is gegeven. Antwoorden hoger dan 30 zijn niet meegenomen.

03 | RESULTATEN

MIDDELENGBRUIK

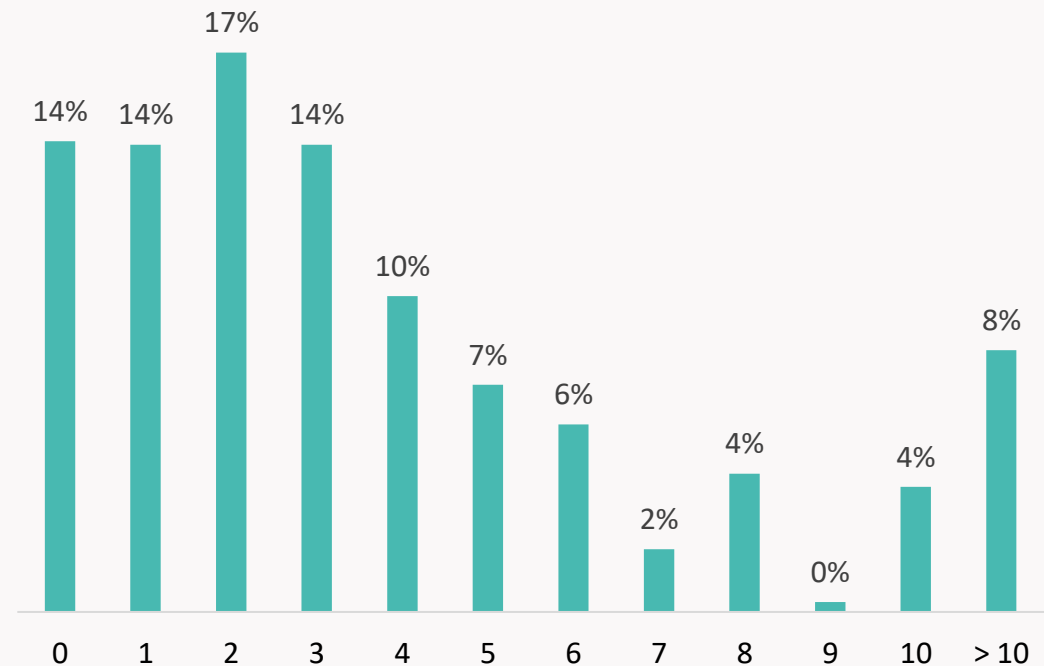
27

Na hoe veel drankjes vinden jongeren
in 2025 dat je nog kan **fietsen**?



Figuur 16a: Na hoeveel drankjes (alcohol) vind je dat je nog kan fietsen?

Na hoe veel drankjes vinden jongeren
in 2025 dat je nog kan **fietsen op de e-bike**?



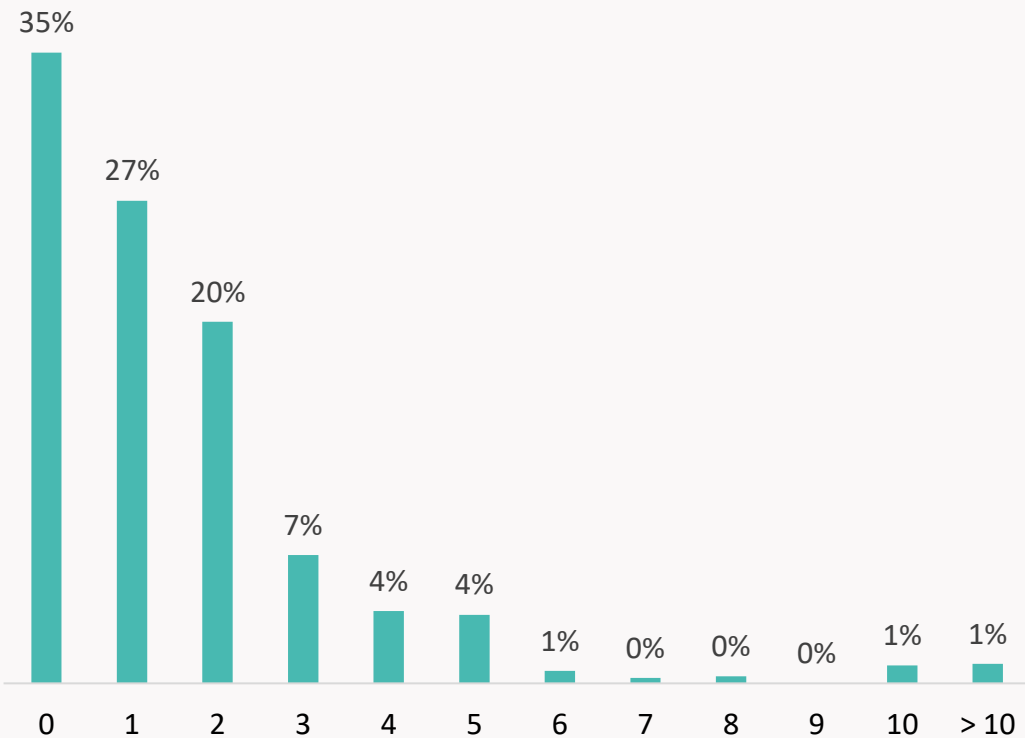
Figuur 16b: Na hoeveel drankjes (alcohol) vind je dat je nog kan fietsen op een e-bike?

03 | RESULTATEN

MIDDELENGEBRUIK

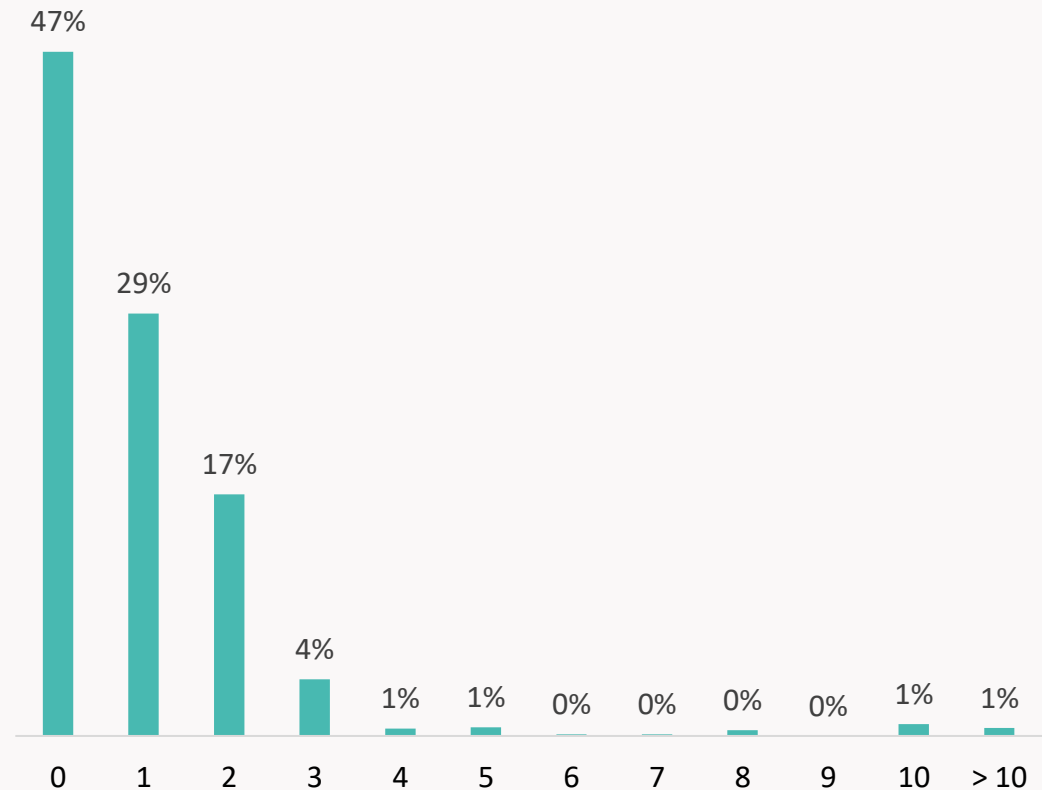
28

Na hoe veel drankjes vinden jongeren in 2025 dat je nog kan **scooter rijden?**



Figuur 17a: Na hoeveel drankjes (alcohol) vind je dat je nog kan rijden op een scooter?

Na hoe veel drankjes vinden jongeren in 2025 dat je nog kan **autorijden?**



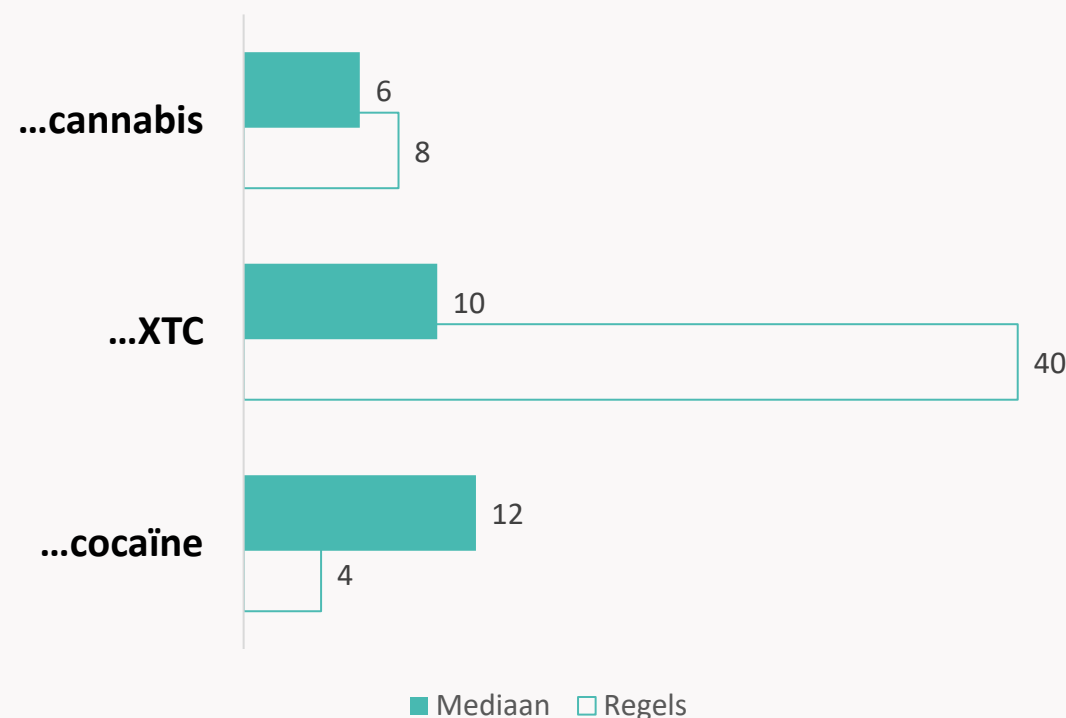
Figuur 17b: Na hoeveel drankjes (alcohol) vind je dat je nog kan rijden in de auto?

03 | RESULTATEN

MIDDELENGEBRUIK

29

Na hoeveel **uur** denken jongeren dat je weer mag rijden na het gebruik van...



We hebben jongeren gevraagd na hoeveel uur ze vinden dat je moet wachten na het gebruik van cannabis, XTC, en cocaïne (Figuur 18).

Over het algemeen denken jongeren dat je 6 uur moet wachten tot je weer mag rijden na het gebruik van cannabis. In werkelijkheid is dit rond de 8 uur. Meer dan de helft van de jongeren (57%) denkt je minder dan 8 uur moet wachten (Bijlage 6). Met name de leeftijdsgroep van 12 t/m 15 jaar denkt dat je minder lang moet wachten; over het algemeen denken zij 4 uur.

Volgens de regelgeving moet je bij XTC tussen de 16 en 40 uur wachten tot je weer mag rijden. Echter geven jongeren over het algemeen aan dat je slechts 10 uur hoeft te wachten. Drie uit vijf jongeren (62%) denkt dat je korter dan 16 uur hoeft te wachten. Een kwart van de jongeren (27%) zit in het goede gebied (tussen 16 en 40 uur).

Voor cocaïne denken de meeste jongeren echter dat je langer moet wachten dan de regelgeving is. Over het algemeen denken jongeren dat je 12 uur moet wachten, terwijl dit volgens de regelgeving rond 4 uur is. Meer dan een derde van de jongeren (38%) denkt zelfs dat je 24 uur of langer moet wachten. Met name de oudere leeftijdsgroep (21 t/m 24 jaar) denkt dat je lang moet wachten. Over het algemeen denken zij dat je 18 uur moet wachten met rijden na het gebruik van cocaïne.

Figuur 18: Hoeveel uur denk je dat je moet wachten tot je weer mag rijden na...

Mediaan is gegeven.

03 | RESULTATEN

MIDDELENGEBRUIK

De jongeren zijn gevraagd naar hun mening over rijden onder invloed. Figuur 19 laat zien dat 95% van de jongeren rijden onder invloed van alcohol gevaarlijk vindt. Ook vindt 96% van de jongeren rijden onder invloed van drugs gevaarlijk. De meerderheid van de jongeren (88%) zou nooit bij iemand in de auto stappen die onder invloed is.

Tot slot hebben we de jongeren gevraagd wat horeca en festivals volgens hen moeten doen om rijden onder invloed tegen te gaan. Een groot deel van de jongeren noemt blaastesten en andere vormen van controle bij de uitgang. Daarnaast geeft een deel van de jongeren aan dat betere vervoersalternatieven zouden helpen, zoals pendelbussen of taxi's. Ook worden maatregelen rondom alcoholverkoop genoemd, zoals beperkingen op het aantal drankjes of het stoppen van de verkoop na een bepaald tijdstip. Tot slot geeft een deel van de jongeren aan dat het parkeerbeleid een rol kan spelen, bijvoorbeeld door parkeren duurder of minder makkelijk te maken. Een aantal citaten van de jongeren worden hiernaast gegeven.

Ik vind rijden onder invloed van alcohol gevaarlijk

30



Ik vind rijden onder invloed van drugs gevaarlijk



Ik zou nooit bij iemand die onder invloed is in de auto stappen



■ Helemaal mee oneens ■ Mee oneens ■ Neutraal ■ Mee eens ■ Helemaal mee eens

Figuur 19: In hoeverre ben je het eens met de volgende stellingen?

- ▶ **"Blaastesten bij het verlaten van de parkeerplaats."**
- ▶ **"Per auto één iemand met een BOB-bandje geven die dan niet mag drinken."**
- ▶ **"Betere andere opties bieden, zoals extra openbaar vervoer inzetten."**
- ▶ **"0.0 dranken goedkoper maken."**
- ▶ **"Zorgen dat er geen parkeerplekken zijn om met de auto te komen."**

CONCLUSIES & AANBEVELINGEN



CONCLUSIES

Dit onderzoek had als doel om inzicht te krijgen in hoe jongeren hun vrije tijd besteden, en welke keuzes en opvattingen zij hebben rondom gedrag en verkeer in hun vrije tijd. Hieronder volgen enkele conclusies op basis van de resultaten van het onderzoek.

Jongeren besteden hun vrije tijd vooral online, terwijl ze juist meer offline willen doen.

Over het algemeen hebben jongeren het gevoel dat ze voldoende vrije tijd hebben. Ze besteden hun tijd vooral aan sociale media en het kijken van tv of Netflix. Jongeren geven aan tevreden te zijn met de manier waarop zij hun vrije tijd besteden, maar geven tegelijkertijd aan het liefst meer tijd te besteden aan offline activiteiten, zoals chillen met vrienden of het uitoefenen van een creatieve hobby. Net als in eerdere jaren is er een evenwichtige verdeling tussen het online en offline contact met vrienden.

Veel jongeren afhankelijk van hun telefoon, maar niet tijdens het fietsen

Jongeren zitten gemiddeld 4,7 uur per dag op hun telefoon. De meeste jongeren zouden liever minder op hun telefoon willen zitten, en een aanzienlijk deel vindt zichzelf zelfs verslaafd. Deze afhankelijkheid zien we echter niet terug in het zelf gerapporteerde gedrag van de jongeren op de fiets: het grootste deel van de jongeren geeft aan tijdens het fietsen het niet lastig te vinden om van hun telefoon af te blijven en niet zonder na te denken hun telefoon te pakken. Wanneer ze de telefoon wel gebruiken, geven zij aan dat dit vooral voor korte handelingen is (zoals route bekijken of muziek selecteren), waarbij ze aangeven in die situaties juist extra goed op het verkeer te letten.

Minder jongeren gebruiken cannabis en xtc, terwijl het gebruik van alcohol populair blijft.

Er is een dalende trend te zien in het gebruik van cannabis en xtc sinds 2021 en 2023. Alcohol blijft populair onder jongeren en lijkt zelfs toe te nemen in de jongste doelgroep (12-15 jaar). Alcohol- en drugsgebruik onder jongeren vindt vooral plaats in sociale omgevingen zoals bij iemand thuis, op festivals en bij vrienden. Ook niet-sociale gelegenheden worden genoemd, waarbij vooral drugsgebruik vaker alleen thuis wordt gedaan. Vermoedelijk hangt dit vooral samen met het gebruik van cannabis (Trimbos, 2020).

Rijden onder invloed blijft onacceptabel, maar de fiets vormt een uitzondering

Na alcohol- en drugsgebruik is de fiets het meest gebruikte vervoermiddel, al zijn ook andere opties regelmatig gebruikt. Jongeren beschouwen de fiets of e-bike als een vervoersmiddelen die je ook na een aantal drankjes kan gebruiken. Zelfs bijna een kwart van de jongeren vindt dat ze nog na 10 of meer drankjes de fiets kunnen gebruiken. Voor de auto en scooter accepteren jongeren nauwelijks alcoholgebruik. Vrijwel alle jongeren vinden rijden onder invloed van alcohol of drugs gevaarlijk en zouden niet instappen bij iemand die onder invloed is. Verder overschatten veel jongeren na gebruik van cannabis of XTC hoe snel zij weer mogen rijden, terwijl zij na cocaïne juist denken dat er langer gewacht moet worden dan de officiële regelgeving voorschrijft. Jongeren noemen strengere controles en betere vervoersalternatieven bij horeca en festivals als mogelijkheden om rijden onder invloed verder terug te dringen.

1. Stimuleer offline en sociale vrijetijdsbesteding

Jongeren geven aan liever meer tijd te besteden aan offline activiteiten, en een groot deel van de jongeren voelt zich zelfs regelmatig eenzaam. Gemeenten, scholen en jongerenorganisaties kunnen dit stimuleren door laagdrempelige, betaalbare en sociale activiteiten te organiseren. Denk aan lokale sport- en muziekactiviteiten, creatieve workshops en ontmoetingsplekken zonder digitale prikkels. Zo wordt offline ontspanning weer vanzelfsprekender in het dagelijks leven van jongeren.

2. Vergroot bewustzijn en weerbaarheid rond telefoongebruik

Jongeren besteden dagelijks veel tijd aan hun telefoon. Meer dan de helft zou dit gebruik graag verminderen en een deel noemt zichzelf zelfs verslaafd. Campagnes en onderwijsprogramma's kunnen jongeren helpen inzicht te krijgen in hun schermtijd en concrete handvatten bieden voor schermtijd. Zo richt de [Even OFF](#) campagne zich op het voordeel van bewust niet je telefoon gebruiken. Hierbij is het belangrijk om de boodschap niet te richten op verbieden, maar juist op balans, en dat telefoongebruik op de fiets hier geen onderdeel van is. Zo leren jongeren niet alleen bewuster omgaan met hun schermtijd, maar ook veiliger deelnemen aan het verkeer.

3. Blijf monitoren en differentiëren in middelengebruik

Alcoholgebruik blijft wijdverspreid en lijkt toe te nemen bij de jongste groep (12–15 jaar), terwijl cannabis en XTC dalen. Dit vraagt om een gerichte aanpak. Voor de jongste groepen ligt de nadruk op preventie en het bespreekbaar maken van groepsdruk, terwijl bij oudere jongeren meer aandacht nodig is voor sociale contexten waarin middelengebruik vaak plaatsvindt, zoals festivals en huisfeesten. Door interventies te differentiëren en terug te laten keren in verschillende fases van het leven van een jongere, blijven jongeren zich bewust van hun gebruik en wordt de kans groter dat zij op de lange termijn veilige keuzes blijven maken.

4. Meer aandacht naar aanpak fietsen onder invloed

Fietsen onder invloed blijft normaal onder jongeren. Niet gek, aangezien veel jongeren de fiets als de enige optie zien om van A naar B te komen als ze hebben gedronken (TeamAlert, 2023). Echter blijft dit een zeer problematisch vraagstuk. Het aantal fietsslachtoffers die alcohol op hebben blijft stijgen én de kans op hersenletsel is bijna vier keer zo groot (Veiligheid, 2023). Het is dus belangrijk dat dit onderwerp de aandacht krijgt die het verdient, ook al blijft de aanpak voor dit vraagstuk gecompliceerd. Het is noodzakelijk te onderzoeken hoe dit vraagstuk effectief aangepakt kan worden, welke alternatieven jongeren realistisch vinden, en welke andere interventies of beleidsmaatregelen potentie hebben.

5. Zorg voor veilige en haalbare alternatieven bij uitgaan en festivals

Jongeren noemen betere vervoersalternatieven als belangrijke voorwaarde om rijden onder invloed terug te dringen. Gemeenten, evenementenorganisaties en vervoersbedrijven kunnen hierop inspelen door na afloop van evenementen extra vervoer te regelen, zoals nachtbussen, pendeldiensten of deelvervoer. Daarnaast kunnen horecagelegenheden en festivals samenwerkingen aangaan met taxi- of deelplatforms om kortingen aan te bieden aan bezoekers die bewust kiezen voor een veilig rit. Door veilige keuzes makkelijk en aantrekkelijk te maken, verklein je de kans dat jongeren met drank of drugs op alsnog gaan fietsen of rijden.

BIJLAGEN



BIJLAGE 1: BRONNEN

SCP (2019). Trends in Media: Tijd; Media binnen tijdsbesteding. Geraadpleegd via: <https://digitaal.scp.nl/trends-in-mediatijd/media-binnen-tijdsbesteding/>

Christie, D., & Viner, R. (2005). Adolescent development. Bmj, 330(7486), 301-304. <https://doi.org/10.1136/bmj.330.7486.301>

TeamAlert (2024). Factsheet Jongeren en Afleiding. Geraadpleegd via: <https://teamalert.nl/zakelijk/kenniscentrum/factsheets/jongeren-en-afleiding/>

Trimbos (2020). Nationale Drug Monitor Jaarbericht 2020. Geraadpleegd via: <https://www.trimbos.nl/kennisbank/af1862-jaarbericht-nationale-drug-monitor-2020/>

Trimbos (2020). Het grote uitgaansonderzoek 2020. Geraadpleegd via: [64774ba4-d67e-488a-8d14-f6dcca6ad7b6.pdf \(trimbos.nl\)](https://www.trimbos.nl/kennisbank/af1862-jaarbericht-nationale-drug-monitor-2020/64774ba4-d67e-488a-8d14-f6dcca6ad7b6.pdf)

BIJLAGE 2: STATISTISCHE ANALYSES

Om te onderzoeken of er significante verschillen waren tussen de cohorten 2021, 2023, en 2025 in gevoel van genoeg vrije tijd, gevoel eenzaamheid, en vrienden spreken buiten school, is er een multivariate variantie-analyse (MANOVA) uitgevoerd. Volgende zijn de resultaten.

- **Gevoel van genoeg vrije tijd:** $F(2, 2756) = 4.17, \eta^2 = .003, p = .016$. De post-hoc-Tukey toets toont significante verschillen tussen 2023 ($M = 3.53 \pm 0.9$) en 2025 ($M = 3.67 \pm 0.9, p = .016$). Er is geen significant verschil in gevoel genoeg vrije tijd tussen 2021 ($M = 3.58 \pm 0.9$) en 2023 ($p = .512$) en 2021 en 2025 ($p = .131$).
- **Gevoel eenzaamheid:** $F(2, 2756) = 8.13, \eta^2 = .006, p < .001$. De post-hoc-Tukey toets toont significante verschillen tussen 2021 ($M = 2.44 \pm 1.2$) en 2025 ($M = 2.27 \pm 1.0, p < .001$). Er is geen significant verschil in gevoel eenzaamheid tussen 2021 en 2023 ($M = 2.29 \pm 1.0, p = .010$) en 2023 en 2025 ($p = .959$).
- **Vrienden spreken buiten school:** $F(2, 2756) = .45, \eta^2 = .000, p = .638$.

Om te onderzoeken of de gebruikte middelen verschillen tussen de cohorten 2021, 2023, en 2025, is er een chi-kwadraatstoets uitgevoerd per middel. Voor GHB, 4-FA, 4-MMC, en Benzodiazepine zijn geen toetsen uitgevoerd, door te lage verwachte frequenties (<5). Volgende zijn de resultaten.

- **Alcohol:** $\chi^2(2, 2759) = 3.40, p = .183, V = .035$.
- **Cannabis:** $\chi^2(2, 2759) = 69.07, p < .001, V = .158$.
 - Tussen 2023 en 2025: $\chi^2(1, 1712) = 40.65, p < .001, V = .154$
- **XTC:** $\chi^2(2, 2759) = 57.36, p < .001, V = .144$.
 - Tussen 2023 en 2025: $\chi^2(1, 1712) = 26.27, p < .001, V = .124$
- **Geen van bovenstaande middelen:** $\chi^2(2, 2759) = 4.29, p = .117, V = .039$.
 - Tussen 2023 en 2025: $\chi^2(1, 1712) = 4.16, p = .041, V = .049$.

BIJLAGE 3: WEGING

Om de uitspraken van dit onderzoek te kunnen spiegelen aan de populatie jongeren in Nederland, hebben we voor alle metingen (2021, 2023, en 2025) een weging toegepast op geslacht en leeftijd. We hebben voor deze weging gebruik gemaakt van de CBS-bevolkingsgegevens uit 2024. Beide metingen zijn afzonderlijk van elkaar gewogen. In de tabel hieronder staan de gewichten gerapporteerd zoals deze zijn toegepast in de analyses en figuren van deze rapportage.

Wegen op te kleine groepen wordt doorgaans afgeraden, wat ervoor zorgt dat het bepalen van een gewicht voor participanten die zich niet identificeren als man of vrouw niet eenduidig is. Om deze participanten toch te kunnen includeren, volgen we één van de methoden zoals voorgeschreven in het artikel van Urlacher (2023). Participanten die zich niet met één van de

geslachten identificeert worden voor het bepalen van de gewichten willekeurig verdeeld over beide groepen en ontvangen het gewicht dat bij de desbetreffende categorie hoort. Deze methode stelt ons in staat om toch onze data te corrigeren op geslacht zonder hierbij participanten uit te sluiten van het onderzoek.

Weging									
Geslacht	Leeftijd	CBS(n)	CBS(%)	2021(%)	2021(gewicht)	2023(%)	2023(gewicht)	2025(%)	2025(gewicht)
Man	12-15 jaar	400,016	14	12	1.19	11	1.37	12	1.20
Man	16-17 jaar	201,859	7	11	0.64	11	0.67	6	1.17
Man	18-20 jaar	337,259	12	8	1.49	6	2.07	4	3.21
Man	21-24 jaar	480,925	17	4	4.20	5	3.57	3	5.65
Vrouw	12-15 jaar	379,907	13	14	0.80	27	0.50	42	0.32
Vrouw	16-17 jaar	190,257	7	12	0.30	27	0.25	26	0.26
Vrouw	18-20 jaar	325,566	12	18	0.65	10	1.19	17	0.67
Vrouw	21-24 jaar	469,104	17	7	2.52	4	4.80	10	1.74

Tabel 1. Weging geslacht en leeftijd

BIJLAGE 4: VRAGENLIJST

Hey! Wat doe jij in je vrije tijd? Vertel het ons door je mening te geven in deze vragenlijst! (+- 6 minuten)

 Maak kans op een cadeaubon naar keuze t.w.v. €50!

 De winnaar wordt op **17 juli** bekendgemaakt via ons Instagramkanaal **@YoungInfluenceNL**. De winnaar ontvangt ook een mailtje.

We gebruiken je antwoorden alleen voor dit onderzoek. Jouw gegevens worden dus niet doorgegeven aan andere partijen. Alle data wordt anoniem gebruikt en na het onderzoek verwijderd. Voor meer check: <https://teamalert.nl/privacyverklaring/>

1. Hoe oud ben je?

Exit < 12 en > 24 jaar

2. Heb je voor je gevoel genoeg vrije tijd?

(Nooit, meestal niet, soms, meestal, altijd)

3. Wat doe jij in je vrije tijd?

- Kijken (YouTube, Netflix, televisie etc.)
- Luisteren (muziek en podcasts)
- Lezen (boeken en magazines)
- Gamen (Playstation, Xbox, Wii etc.)
- Social media (Whatsapp, Instagram, TikTok, Snapchat, Facebook)
- Chillen met vrienden
- Sporten
- Creatieve hobby (schilderen, tekenen, fotograferen, muziek maken etc.)
- Koken en bakken
- Uitjes (musea, pretpark, bioscoop, uit eten)
- Shopperen
- Spelletjes en puzzels (offline)
- Uitgaan, feestjes en festivals
- Anders, namelijk...

4. Ben je tevreden met hoe je je vrije tijd besteedt?

(Heel ontevreden, ontevreden, neutraal, tevreden, heel tevreden)

5. Waar zou jij het liefst je vrije tijd aan *willen* besteden?

- Kijken (YouTube, Netflix, televisie etc.)

- Luisteren (muziek en podcasts)
- Lezen (boeken en magazines)
- Gamen (Playstation, Xbox, Wii etc.)
- Social media (Whatsapp, Instagram, TikTok, Snapchat, Facebook)
- Chillen met vrienden
- Sporten
- Creatieve hobby (schilderen, tekenen, fotograferen, muziek maken etc.)
- Koken en bakken
- Uitjes (musea, pretpark, bioscoop, uit eten)
- Shopperen
- Spelletjes en puzzels (offline)
- Uitgaan, feestjes en festivals
- Anders, namelijk...

6. Hoe vaak voel jij je eenzaam?

(Nooit, soms, regelmatig, vaak, erg vaak)

7. Hoe spreek jij je vrienden meestal (buiten schooltijd of werk)?

(altijd offline, meestal offline, evenveel offline als online, meestal online, altijd online)

- zit op de basisschool
- ga naar de middelbare school
- volg een studie/opleiding
- heb een baan en ga niet meer naar school/studie

8. Waar spreken jij en je vrienden met elkaar af?

- Bij mij thuis
- Bij mijn vrienden thuis
- Buiten in de stad
- Buiten in de natuur
- We chillen in de auto (rondrijden of op een parkeerplaats)
- Online (bijvoorbeeld via Skype, Hangouts of Facetime)
- We gaan samen ergens naartoe (bioscoop, koffietentje, uiteten etc.)
- Ik spreek niet met vrienden af
- Anders, namelijk...

BIJLAGE 4: VRAGENLIJST

9. Doe jij onderstaande dingen weleens?

Vink aan wat op jou van toepassing is. Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- Hardlopen
- Fietsen (racefiets, mountainbike of gewoon een rondje)
- Skeeleren/skateboarden
- Rondje rijden op elektrische step, elektrisch skateboard, monowheel of andere elektrische gadget
- Rondje rijden in de auto
- Aan mijn auto sleutelen
- Straatracen
- Chillen in de auto
- Naar car-meetings/auto-meetings
- Anders, namelijk...

10. De volgende vragen gaan over telefoongebruik

11. Hoeveel uur zit je gemiddeld per dag op je telefoon?

Maak een schatting of controleer je schermtijd. Je kan antwoorden op 1 decimaal

12. In hoeverre ben je het eens met de volgende stellingen

(Helemaal mee oneens, mee oneens, neutraal, mee eens, helemaal mee eens)

- Ik ben verslaafd aan mijn telefoon
- Ik wil mijn telefoon minder vaak gebruiken
- Ik vind het lastig om van mijn telefoon af te blijven tijdens het fietsen
- Ik pak mijn telefoon tijdens het fietsen zonder erbij na te denken

13. In de afgelopen twee weken, hoe vaak heb je tijdens het fietsen met je telefoon in de hand...

(Nooit, bijna nooit, tijdens sommige ritten, tijdens bijna elke rit, niet van toepassing)

- ...de route bekeken
- ...social media bekeken
- ...berichtjes gelezen of verstuurd
- ...muziek gekozen of veranderd
- ...gebeld

14. Als ik op mijn telefoon zit tijdens het fietsen, let ik extra goed op het verkeer om me heen

(Helemaal mee oneens, mee oneens, neutraal, mee eens, helemaal mee eens)

15. De volgende vragen gaan over alcohol en drugs

16. Welke van de onderstaande middelen gebruik je weleens?

Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- Alcohol
- Cannabis
- XTC
- Speed
- Cocaine
- GHB
- Lachgas
- Ketamine
- 4-FA
- 3-MMC
- 4-MMC
- 2-CB
- Truffels
- Paddo's
- LSD
- Benzodiazepine
- Ritalin
- Anders, namelijk...
- Geen van bovenstaande middelen

17. Merk je dat er nieuwe dingen spelen als je het hebt over drugsgebruik onder jongeren?

Denk hierbij bijvoorbeeld aan middelen die populairder worden of nieuwe manieren om drugs te gebruiken.

[OPEN]

BIJLAGE 4: VRAGENLIJST

40

18. In welke situaties drink je alcohol?

Als V156 'Alcohol' is niet gegeven, ga naar V20

Meerdere antwoorden mogelijk

- Thuis, alleen
- Thuis met vrienden
- Thuis met familie
- Feestje bij iemand thuis
- Kroeg/café
- Festival/evenement
- Keet/schuur/caravan/hok
- Club/vereniging
- Anders, namelijk...

19. Hoe ga je naar huis wanneer je alcohol gedronken hebt?

Meerdere antwoorden mogelijk

- Op de fiets
- Op de e-bike
- Te voet
- Met de scooter
- Met het OV
- Met een taxi
- Ik rijd mee met iemand die nuchter is
- Ik rijd zelf naar huis (met de auto)
- Ik blijf slapen
- Anders, namelijk...

20. In welke situaties gebruik je weleens drug (met drugs bedoelen we ook cannabis)?

Als V16 [EEN VAN DE DRUGS], ga naar V22

Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- Thuis, alleen
- Thuis met vrienden
- Thuis met familie
- Feestje bij iemand thuis
- Kroeg/café
- Festival/evenement
- Keet/schuur/caravan/hok

- Club/vereniging
- Anders, namelijk...

21. Hoe ga je naar huis wanneer je drugs gebruikt hebt (Met drugs bedoelen we ook cannabis)?

Meerdere antwoorden mogelijk

- Op de fiets
- Op de e-bike
- Te voet
- Met de scooter
- Met het OV
- Met een taxi
- Ik rijd mee met iemand die nuchter is
- Ik rijd zelf naar huis (met de auto)
- Ik blijf slapen
- Anders, namelijk...

22. Na hoeveel drankjes vind je dat je nog kan...

- ...fietsen onder invloed
- ...fietsen op een e-bike onder invloed
- ...rijden op een scooter onder invloed
- ...rijden in de auto onder invloed

23. Lekker bezig, je bent al bijna klaar!

24. Hoeveel uur denk jij dat je moet wachten voordat je weer mag autorijden na...

Weet je het niet? Vul een schatting in

- ...het roken van een joint (hasj/wiet)
- ...het nemen van XTC
- ...het nemen van cocaïne

25. In hoeverre ben je het eens met de volgende stellingen?

(Helemaal mee oneens, mee oneens, neutraal, mee eens, helemaal mee eens)

- Ik vind rijden onder invloed van alcohol gevaarlijk
- Ik vind rijden onder invloed van drugs gevaarlijk
- Ik zou nooit bij iemand die onder invloed is in de auto stappen

26. Wat vind jij dat festivals en horeca moeten doen om rijden onder invloed tegen te gaan?

[OPEN]

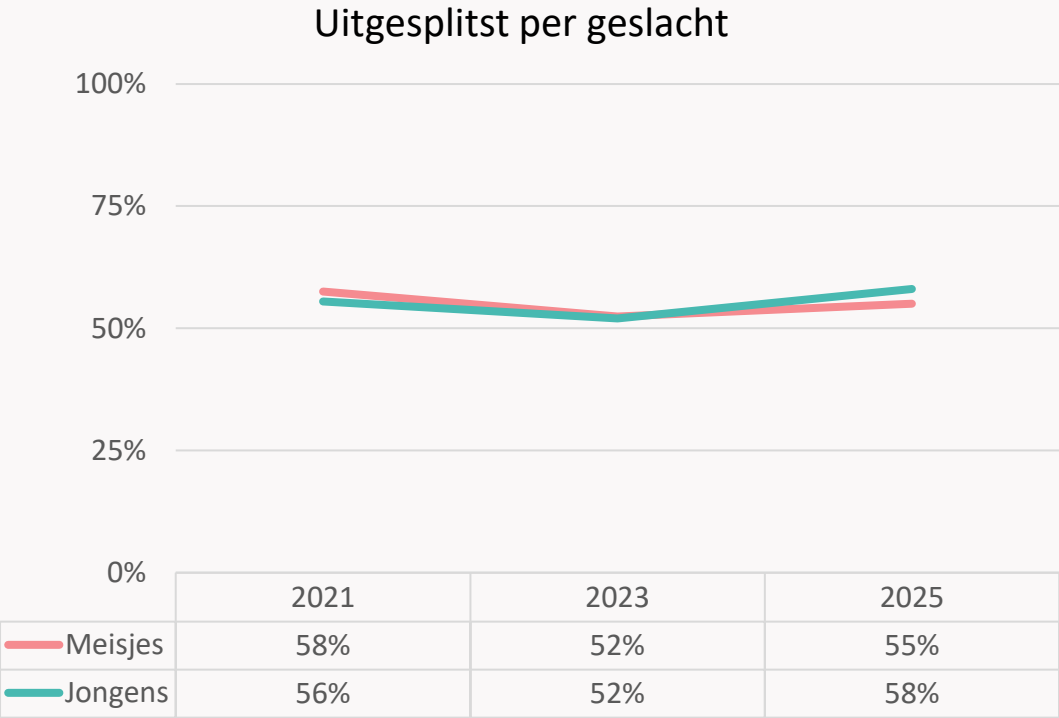
27. Je bent bijna klaar ! We hebben nog een paar algemene vragen over jou.

BIJLAGE 4: VRAGENLIJST

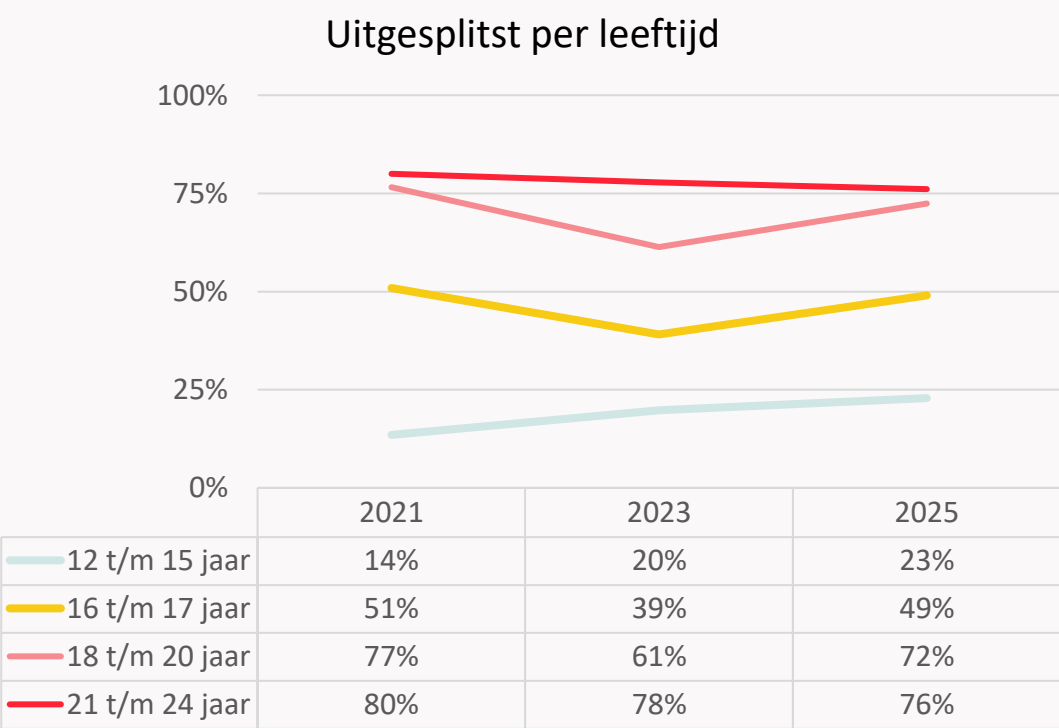
28. **Ik ben...**
- Man
 - Vrouw
 - Non-binair/genderfluïde
 - Anders, namelijk...
29. **Wat is je huidige opleiding? En als je geen opleiding meer volgt, wat is je hoogst afgeronde opleiding?**
- Basisonderwijs
 - Speciaal onderwijs
 - Praktijkonderwijs
 - Vmbo
 - Havo
 - Havo/vwo
 - Vwo/gymnasium
 - Mbo
 - Hbo
 - Wo
 - Anders, namelijk
30. **Wil je kans maken op een cadeaubon t.w.v. €50?**
- Ja, dit is mijn mailadres:
 - Nee, dankje
31. **Het kan zijn dat we in de toekomst vervolgonderzoek willen uitvoeren. Ook krijgen we wel eens een verzoek van de pers om jongeren te spreken over dit thema. Mogen we jou hiervoor benaderen?**
- Ja, voor vervolgonderzoek
 - Ja, voor de pers
 - Nee, liever niet
32. **Heb je nog opmerkingen over dit onderwerp of de vragenlijst? Of wil je nog iets kwijt?**
[OPEN]
33. **Dit is het einde van de vragenlijst! Super bedankt voor het invullen!**

BIJLAGE 5: INTERACTIEFIGUREN

Alcohol



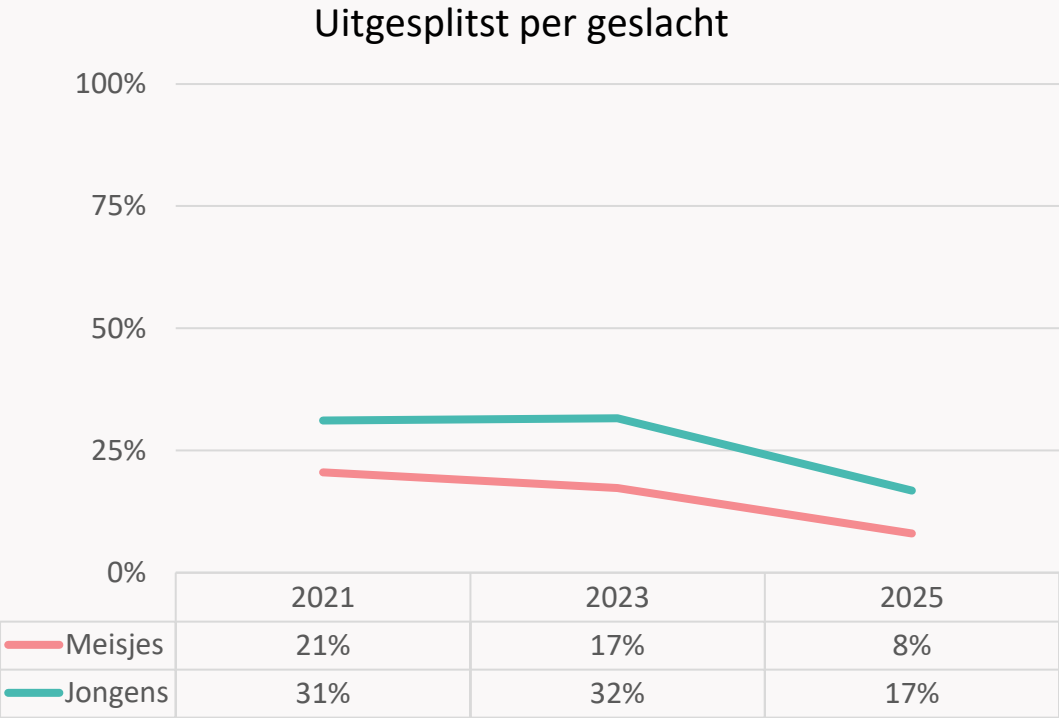
Figuur 18a: Alcoholgebruik per geslacht



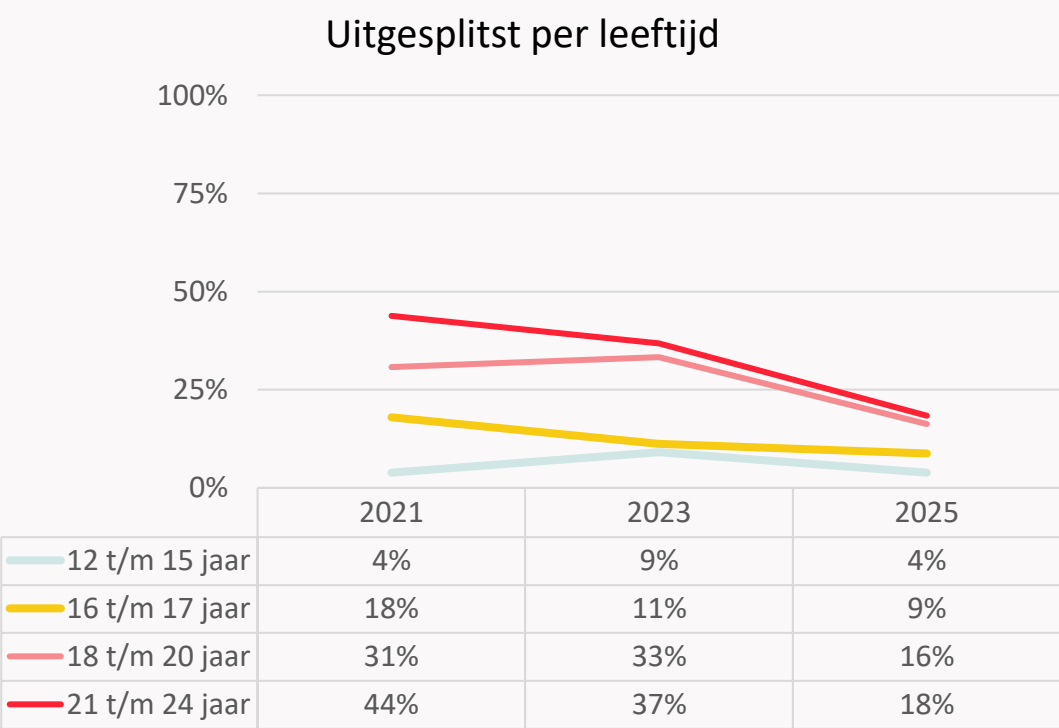
Figuur 18b: Alcoholgebruik per leeftijdsgroep

BIJLAGE 5: INTERACTIEFIGUREN

Cannabis



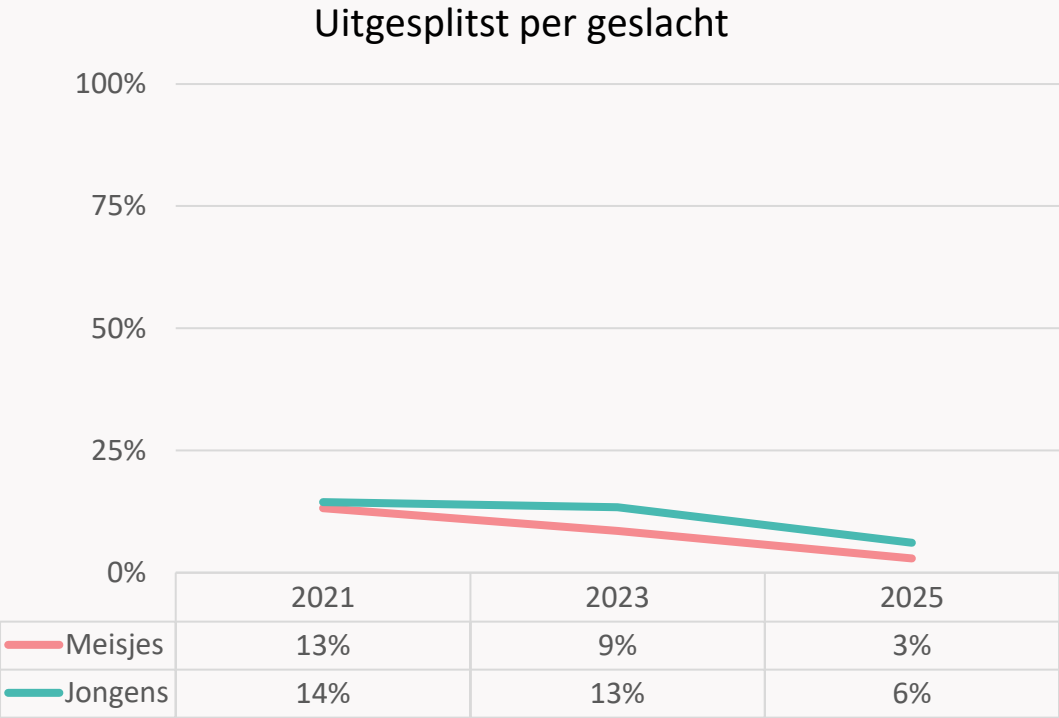
Figuur 19a: Cannabisgebruik per geslacht



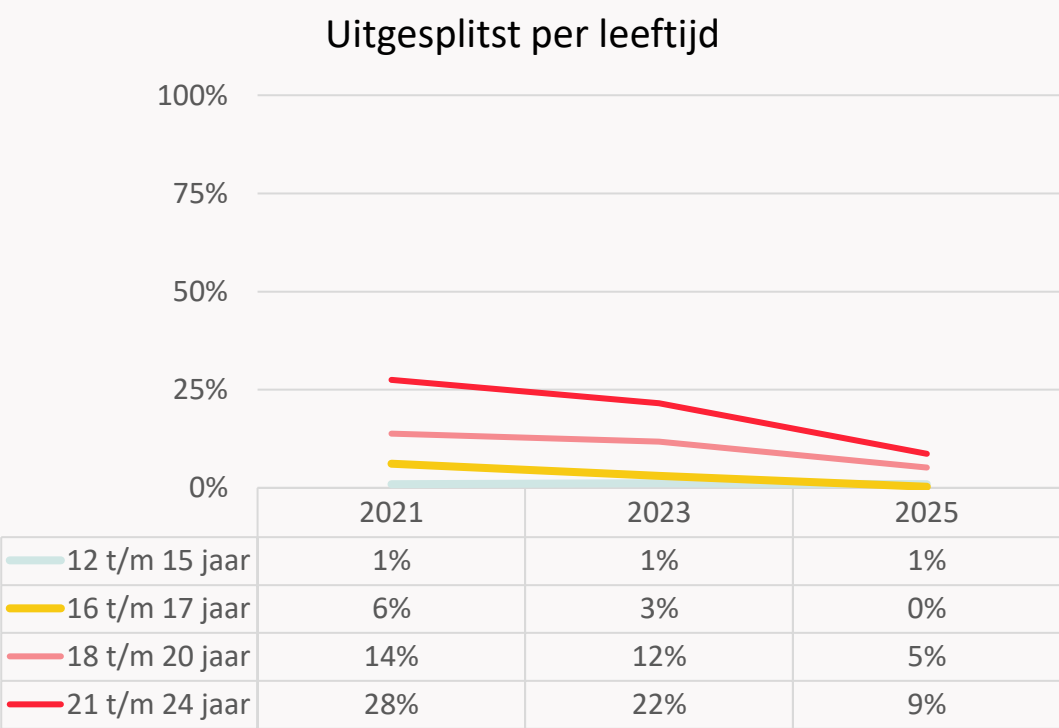
Figuur 19b: Cannabisgebruik per leeftijdsgroep

BIJLAGE 5: INTERACTIEFIGUREN

XTC



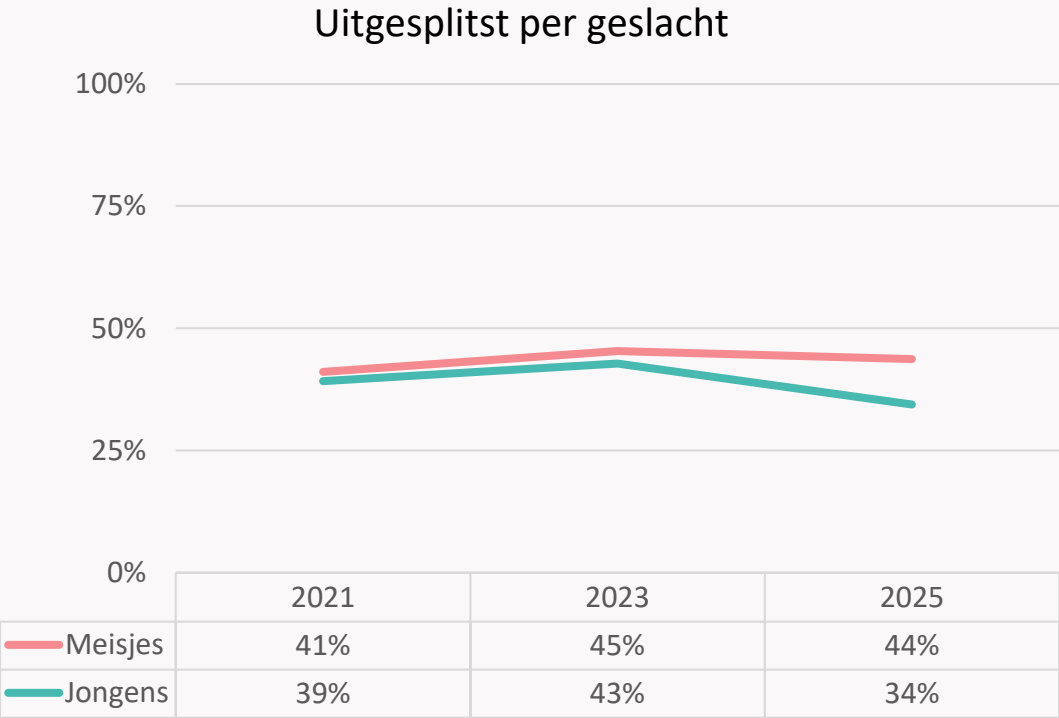
Figuur 20a: Xtc-gebruik per geslacht



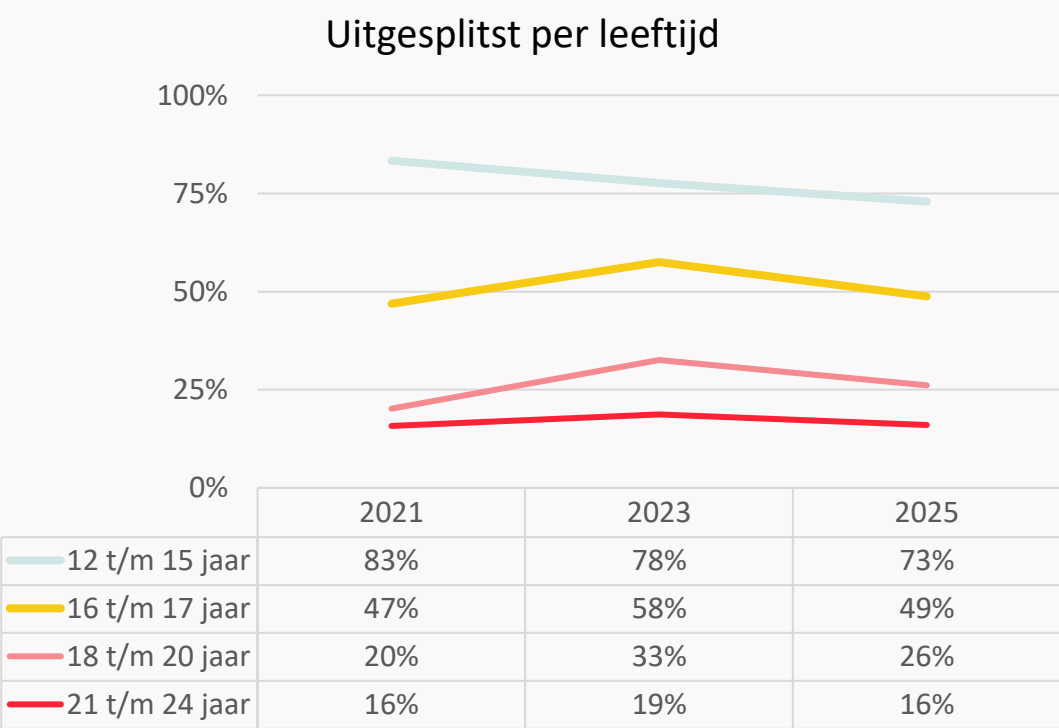
Figuur 20b: Xtc-gebruik per leeftijdsgroep

BIJLAGE 5: INTERACTIEFIGUREN

Geen middelen



Figuur 21a: Gebruik van geen middelen per geslacht



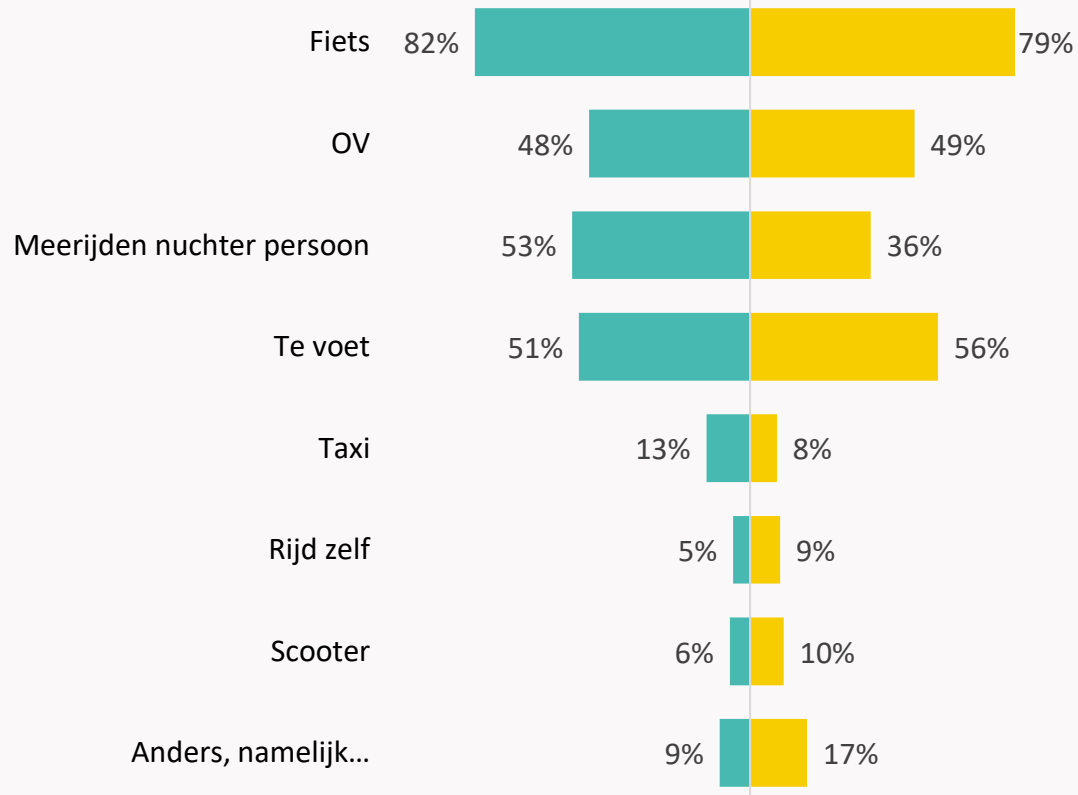
Figuur 21b: Gebruik van geen middelen per leeftijdsgroep

BIJLAGE 6: EXTRA DATA

46

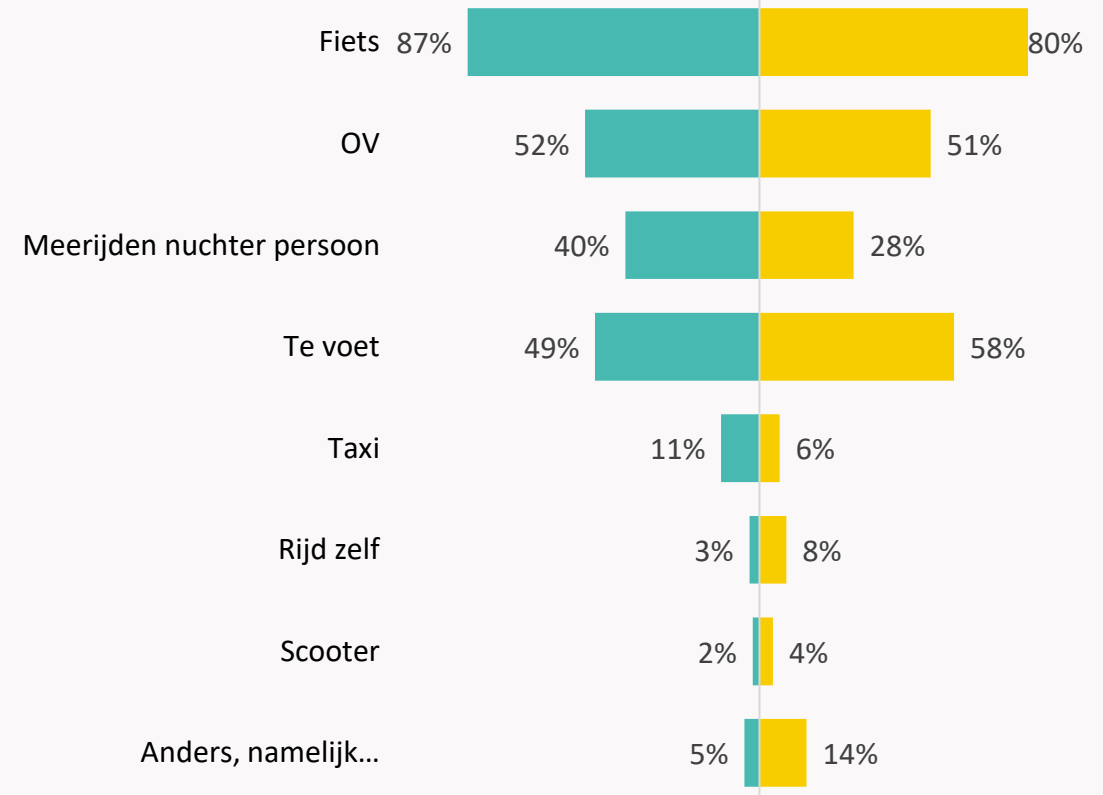
Situaties middelengebruik 2021 en 2023

Hoe gaan jongeren in 2021 naar huis na het gebruik van alcohol en drugs?



Figuur 22a: [Hoe ga je naar huis wanneer je alcohol gedronken hebt?]. [Hoe ga je naar huis wanneer je drugs gebruikt hebt (met drugs bedoelen we ook cannabis)?]

Hoe gaan jongeren in 2023 naar huis na het gebruik van alcohol en drugs?

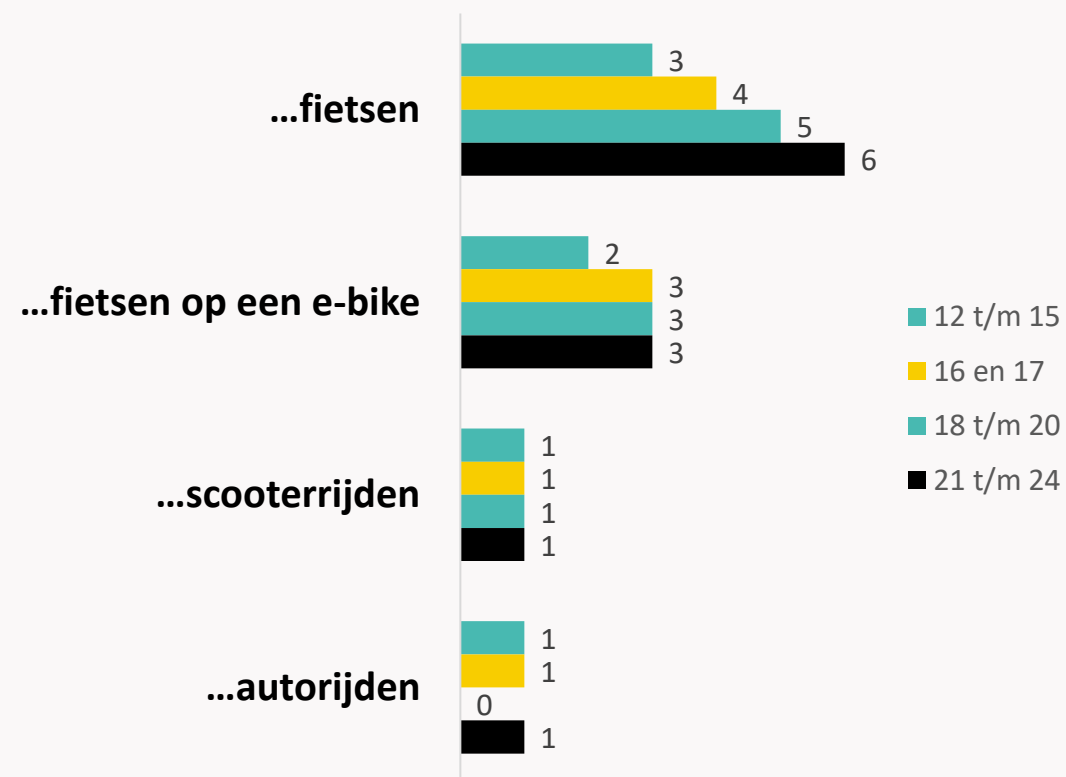


Figuur 22b: [Hoe ga je naar huis wanneer je alcohol gedronken hebt?]. [Hoe ga je naar huis wanneer je drugs gebruikt hebt (met drugs bedoelen we ook cannabis)?]

BIJLAGE 6: EXTRA DATA

Mediaan aantal drankjes per leeftijdsgroep en geslacht

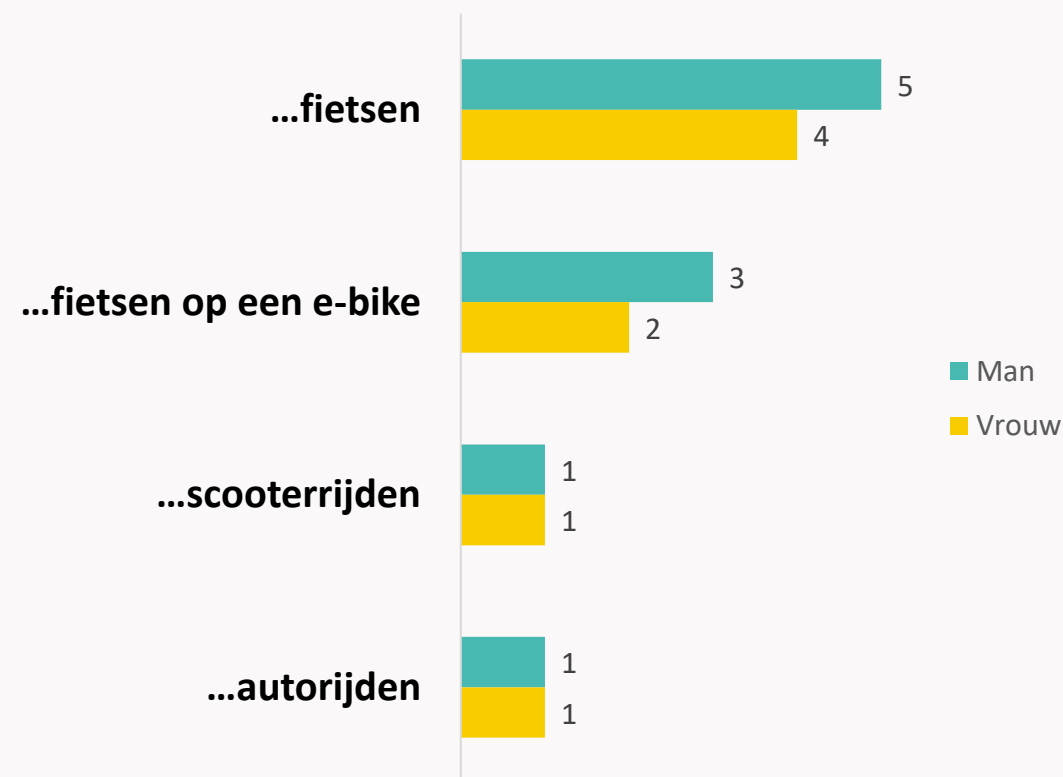
Na hoe veel drankjes vinden jongeren in 2025 dat je nog kan...



Figuur 25a: Na hoeveel drankjes (alcohol) vind je dat je nog kan rijden op...

Mediaan is gegeven. Antwoorden hoger dan 30 zijn niet meegenomen.

Na hoe veel drankjes vinden jongeren in 2025 dat je nog kan...



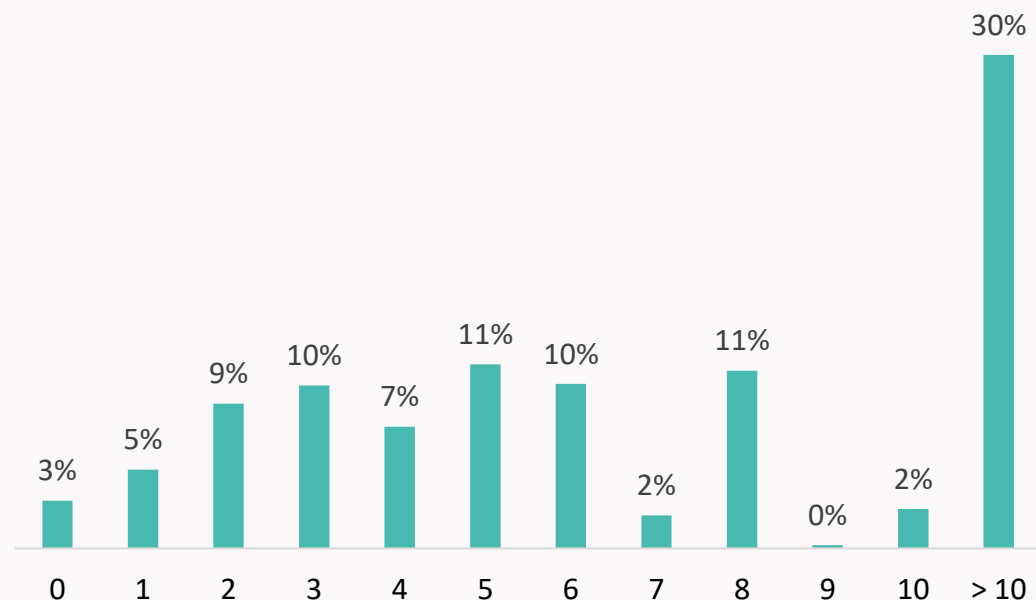
Figuur 25b: Na hoeveel drankjes (alcohol) vind je dat je nog kan rijden op...

BIJLAGE 6: EXTRA DATA

48

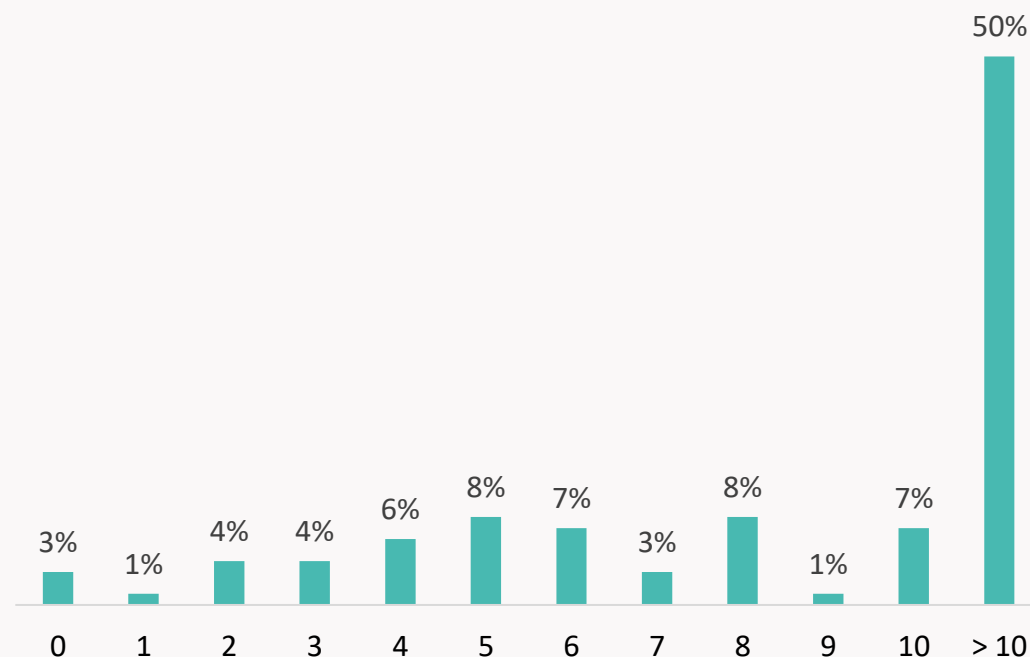
Antwoordverdeling aantal uur cannabis en XTC

Hoe veel uur vinden jongeren dat je moet wachten na het gebruik van cannabis?



Figuur 26a: Hoeveel uur denk je dat je moet wachten tot je weer mag rijden na het roken van een joint (hasj/wiet)?

Hoe veel uur vinden jongeren dat je moet wachten na het gebruik van XTC?



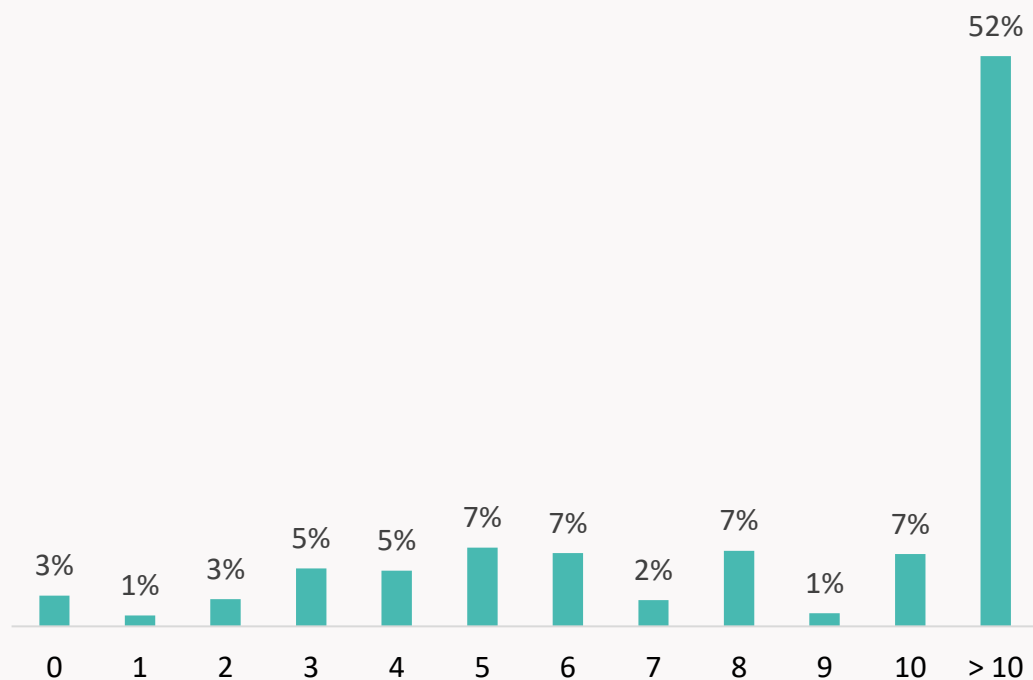
Figuur 26b: Hoeveel uur denk je dat je moet wachten tot je weer mag rijden na het nemen van XTC?

BIJLAGE 6: EXTRA DATA

49

Antwoordverdeling aantal uur cocaïne

Hoe veel uur vinden jongeren dat je moet wachten na het gebruik van cocaïne?



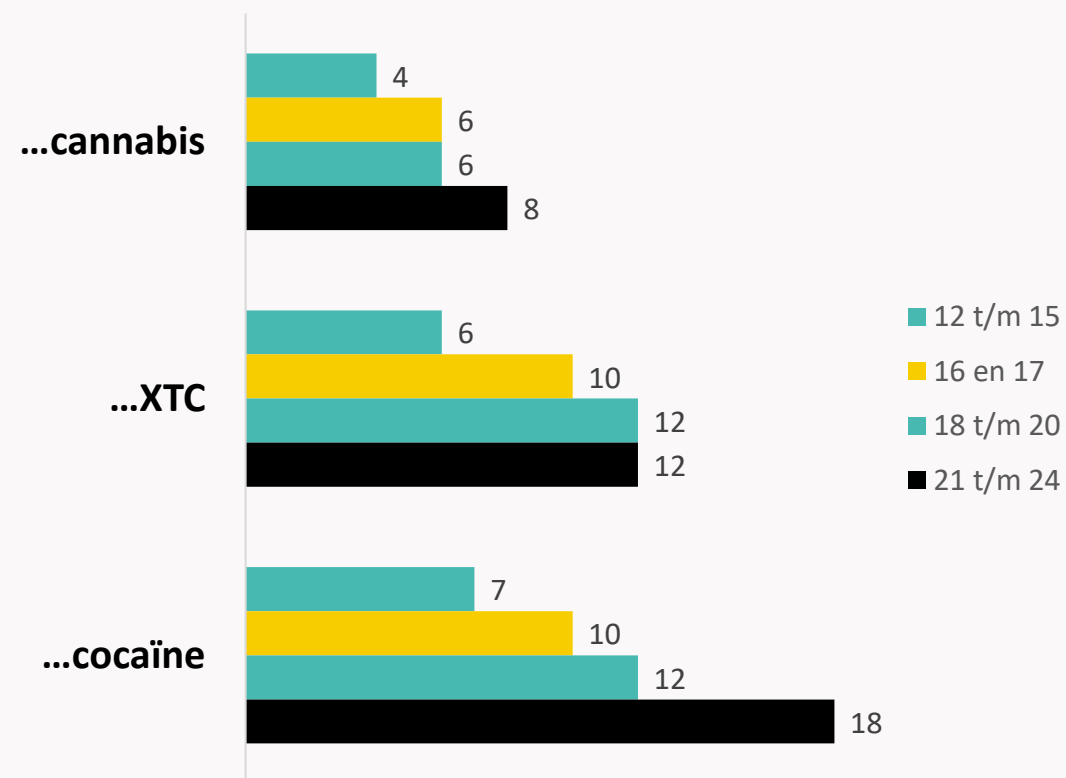
Figuur 27: Hoeveel uur denk je dat je moet wachten tot je weer mag rijden na het nemen van cocaïne?

BIJLAGE 6: EXTRA DATA

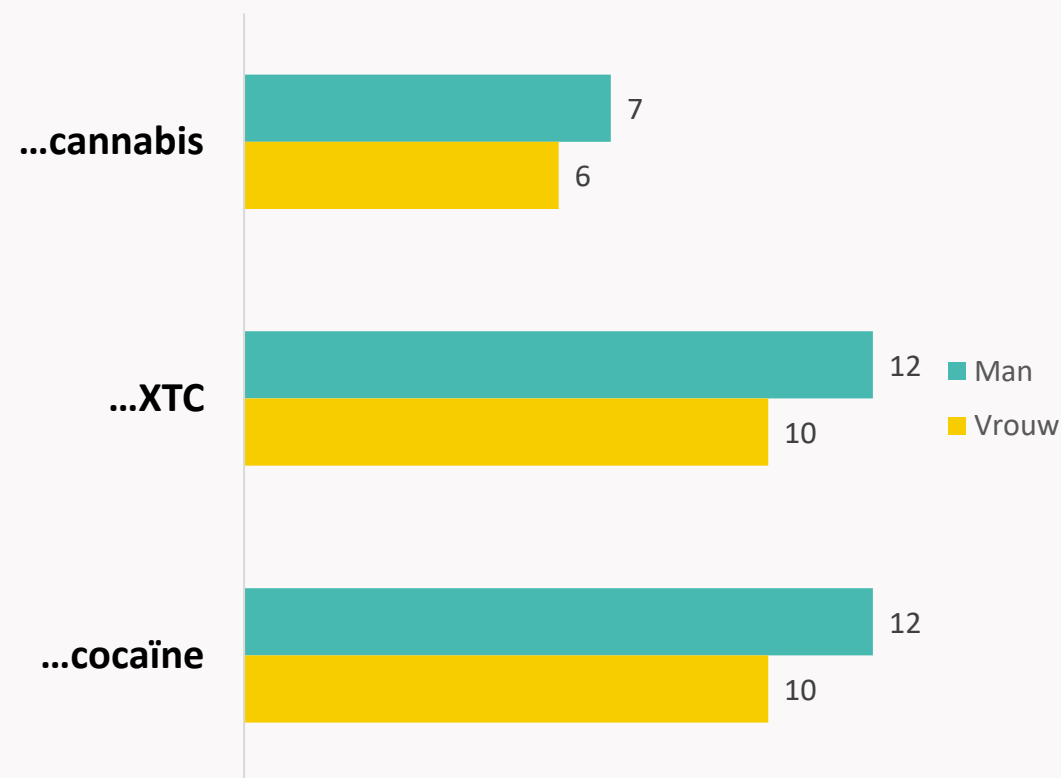
Mediaan aantal uur per leeftijdsgroep en geslacht

50

Hoe veel uur vinden jongeren dat je moet wachten na het gebruik van...



Hoe veel uur vinden jongeren dat je moet wachten na het gebruik van...



Figuur 28a: Hoeveel uur denk je dat je moet wachten tot je weer mag rijden na...

Figuur 28b: Hoeveel uur denk je dat je moet wachten tot je weer mag rijden na...

TeamAlert

jongeren met **impact**

