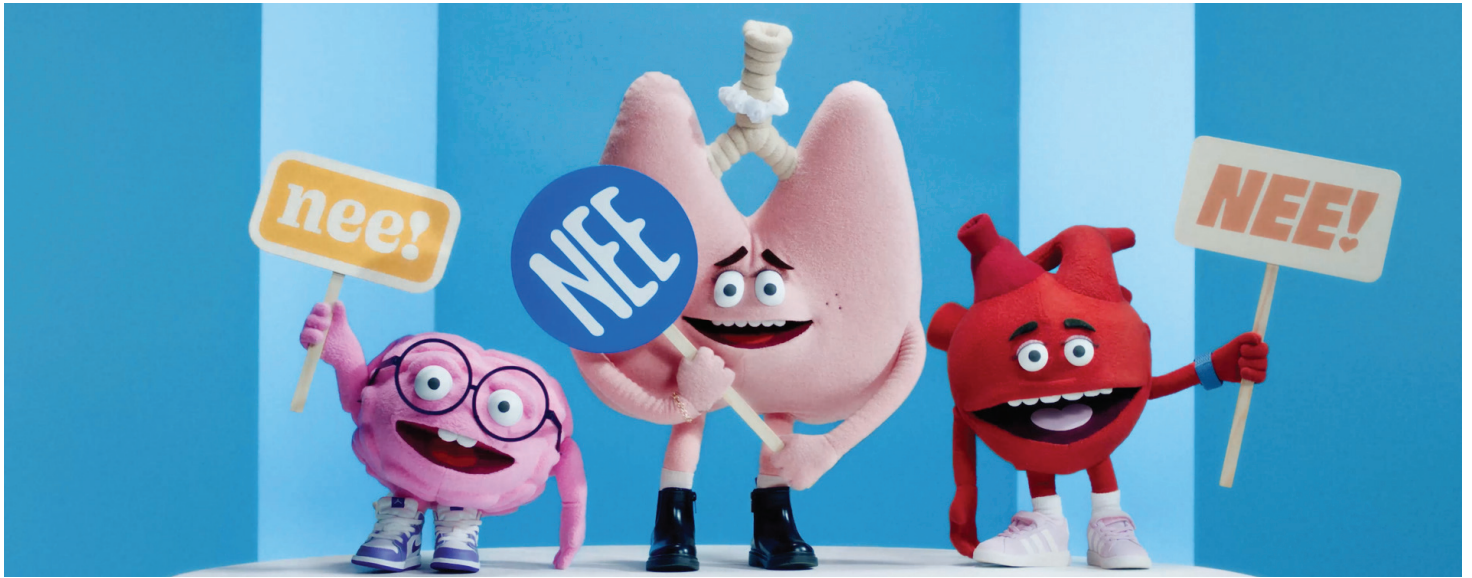


Stefania, Bizzey en Sterre Koning lanceren gezamenlijke hit tegen vaperen

The Organs zetten met nieuwe track en bijbehorende videoclip jongeren in hun kracht om nee te zeggen tegen vaperen

DEN HAAG, 3 december 2025 - Bijna een kwart van de Nederlandse jongeren tussen de 12 en 16 jaar oud (24,6%) gaf aan ooit een vape te hebben gebruikt blijkt uit onderzoek van het Trimbos-instituut (Scholierenmonitor 2023) - dit zijn zo'n 240.000 Nederlandse jongeren. Vaperen is niet alleen giftig, het verstoort ook de ontwikkeling van de hersenen en is erg verslavend. Vandaag om 6:00 uur lanceren Stefania, Bizzey, en Sterre Koning daarom: 'Ik zeg nee'. Een gloednieuwe track én videoclip die laten zien dat het juist sterk is om nee te zeggen tegen dingen die niet goed voor je zijn, zoals vaperen. De artiesten vormen samen The Organs, een nieuwe band samengesteld door de longen, het hart en de hersenen, die fysieke uitdagingen ervaren wanneer je vapet. In samenwerking met het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) maken zij een maatschappelijk statement om weerbaarheid bij jongeren te vergroten. De campagne is onderdeel van het Actieplan tegen vaperen.



Weerbaar tegen groepsdruk

Juist jongeren raken snel verslaafd aan vaperen, zonder dat ze het zelf doorhebben. De hersenen van jongeren reageren namelijk sterker op beloning dan die van volwassenen, waardoor zij minder weerbaar zijn tegen de verleiding en vervolgens sneller en heftiger verslaafd raken. Naast deze fysieke kwetsbaarheid is groepsdruk een grote boosdoener van het starten met vaperen. Jongeren passen namelijk hun gedrag vaak aan om erbij te horen. Wetenschappers stellen dat dit ervoor kan zorgen dat ze dingen doen, die ze zelf eigenlijk liever niet willen. Zo kan het bijvoorbeeld moeilijk zijn om nee te zeggen tegen een vape, vooral wanneer vrienden of familie dit gebruiken.

"Er verandert veel in het leven van jongeren in de onderbouw van de middelbare school. Juist in die periode is het uitdagend om niet toe te geven aan groepsdruk. Het is daarom cruciaal dat jongeren zich sterk genoeg voelen om hun eigen keuzes te maken, vooral als het gaat om hun gezondheid.", zegt Prof. dr. Arnt Schellekens, Nationaal Rapporteur Verslavingen en hoogleraar verslaving en psychiatrie aan het Radboudumc. "Deze campagne benadrukt daarom dat 'nee' zeggen tegen vaperen niet alleen moedig is, maar ook een teken van zelfrespect en weerbaarheid. We willen voorkomen dat de nieuwe generatie begint met vaperen, met name wanneer ze de druk voelen om te doen wat leeftijdsgenoten doen. Niet beginnen is namelijk nog altijd beter dan te moeten stoppen met vaperen."

"Ik zeg nee"

Het nieuwe nummer en de bijbehorende videoclip gaan daarom over power, voor jezelf opkomen en gewoon doen wat goed is voor jou en wat je het liefst zelf wil. Het is een track die laat zien dat het juist sterk is om nee te zeggen tegen dingen die toxic voor je zijn. Het refrein blijft sowieso in je hoofd hangen: ik zeg nee. "Ik doe mee aan deze campagne omdat ik het belangrijk vind dat mensen zich realiseren dat vaperen echt heel slecht voor je is en dat we er eigenlijk nog maar weinig over weten. Het is eng om iets te gebruiken waarvan je niet weet wat het precies met je lichaam doet.", vertelt Stefania, "Het voelt misschien moeilijk om nee te zeggen, maar eigenlijk laat je daarmee juist zien dat jij zelf bepaalt wat je doet en voor jouw gezondheid kiest."

Sterre vult aan: "Ik vind het heel belangrijk dat jongeren vroeg leren om nee te zeggen tegen iets wat ongezond is. Hoewel iedereen weleens moeite heeft om nee te zeggen, omdat ze graag bij een groep willen horen, is kiezen voor jezelf pas echt krachtig. Als voorbeeldfunctie spreek ik me hierover uit, want je valt namelijk niet buiten de groep als je nee zegt!"

Een vrolijke beat, met een serieuze boodschap

De longen, het hart en de hersenen - in de videoclip komen alle organen tot leven als geanimeerde karakters van de artiesten. Onder een pakkende beat, zingen ze één voor één hoe fijn het is om je eigen ding te doen. De positieve noot 'ik zeg nee' contrasteert met de harde waarheid die af en toe ook te zien is in de clip: zeg je geen nee tegen vaperen, dan takelen je organen af. Bizzey zegt daarover: "Ik wil bijdragen aan een gezonde toekomst en zien dat de nieuwe generatie gezond en sterk opgroeit. We willen laten zien dat je altijd de optie hebt om nee te zeggen en dat dat juist sterk is. Hoe vaker je dat doet, hoe normaler het wordt en hoe sterker je bent en gezonder je blijft."



Een aantal experts over de schadelijke gevolgen van vaperen voor jongeren en hoe groepsdruk hier negatief aan bijdraagt



Heike Garritsen, Trimbos-instituut, wetenschappelijk kennisinstituut voor mentale gezondheid, alcohol, tabak en drugs.

"Jongeren kijken continu naar hun omgeving om te bepalen wat 'normaal' is. Die sociale norm bepaalt vaak meer dan we denken. Als artiesten en andere rolmodellen zichtbaar kiezen voor gezond gedrag, geeft dat een krachtig signaal af. Ze laten zien dat je geen vape nodig hebt om erbij te horen of jezelf te laten zien. Dat helpt jongeren om zich gesteund te voelen in gezonde keuzes, juist in een levensfase waarin die druk van buitenaf groot kan zijn."



Dr. Danielle Cohen, longpatholoog aan het LUMC, gespecialiseerd in longoncologie en hoofd-hals kanker.

"Er worden steeds meer kinderen opgenomen in het ziekenhuis met levensbedreigende longontstekingen, een klaplong of een longbloeding. Ik maak me grote zorgen over de korte én de lange termijn gevolgen. Om nee te zeggen tegen vaperen, moeten jongeren heel sterk in hun schoenen staan. Het is cruciaal dat zij overal – op school, van ouders, van media en van hun eigen rolmodellen te horen krijgen: dit is geen normaal product, begin er niet aan."



Prof. dr. Arnt Schellekens, Nationaal Rapporteur Verslavingen en hoogleraar verslaving en psychiatrie aan het Radboudumc.

"Er verandert veel in het leven van jongeren in de onderbouw van de middelbare school. Juist in die periode is het uitdagend om niet toe te geven aan groepsdruk. Het is daarom cruciaal dat jongeren zich sterk genoeg voelen om hun eigen keuzes te maken, vooral als het gaat om hun gezondheid. Deze campagne benadrukt daarom dat 'nee' zeggen tegen vaperen niet alleen moedig is, maar ook een teken van zelfrespect en weerbaarheid. We willen voorkomen dat de nieuwe generatie begint met vaperen, met name wanneer ze de druk voelen om te doen wat leeftijdsgenoten doen. Niet beginnen is namelijk nog altijd beter dan te moeten stoppen met vaperen."

Over de campagne

Deze campagne van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport richt zich op jongeren in de leeftijd van 12-16 jaar, en roept hen door middel van een track en een videoclip, op om vaker hardop nee te zeggen en weerstand te bieden tegen groepsdruk. Met deze campagne hoopt het ministerie bij te dragen aan het voorkomen dat jongeren beginnen met vaperen. De campagne is een vervolg op de landelijke voorlichtingscampagne 'Nee tegen vaperen'. In die campagne werden ouders van 12-tot 16-jarigen geïnformeerd over de schadelijkheid van vaperen en gestimuleerd met hun kinderen het gesprek aan te gaan. Beide campagnes sluiten aan bij het eerder gepresenteerde Actieplan tegen vaperen.

Actieplan tegen vaperen

Het Actieplan tegen vaperen richt zich op drie sporen: het tegengaan van illegale handel, het voorkomen dat jongeren beginnen met vaperen, en het stoppen met vaperen stimuleren en vapers daarbij ondersteunen. Het actieplan bevat onder meer extra bevoegdheden en extra geld voor de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit om de groeiende illegale handel tegen te gaan.



Ministerie van
Volksgezondheid,
Welzijn en Sport