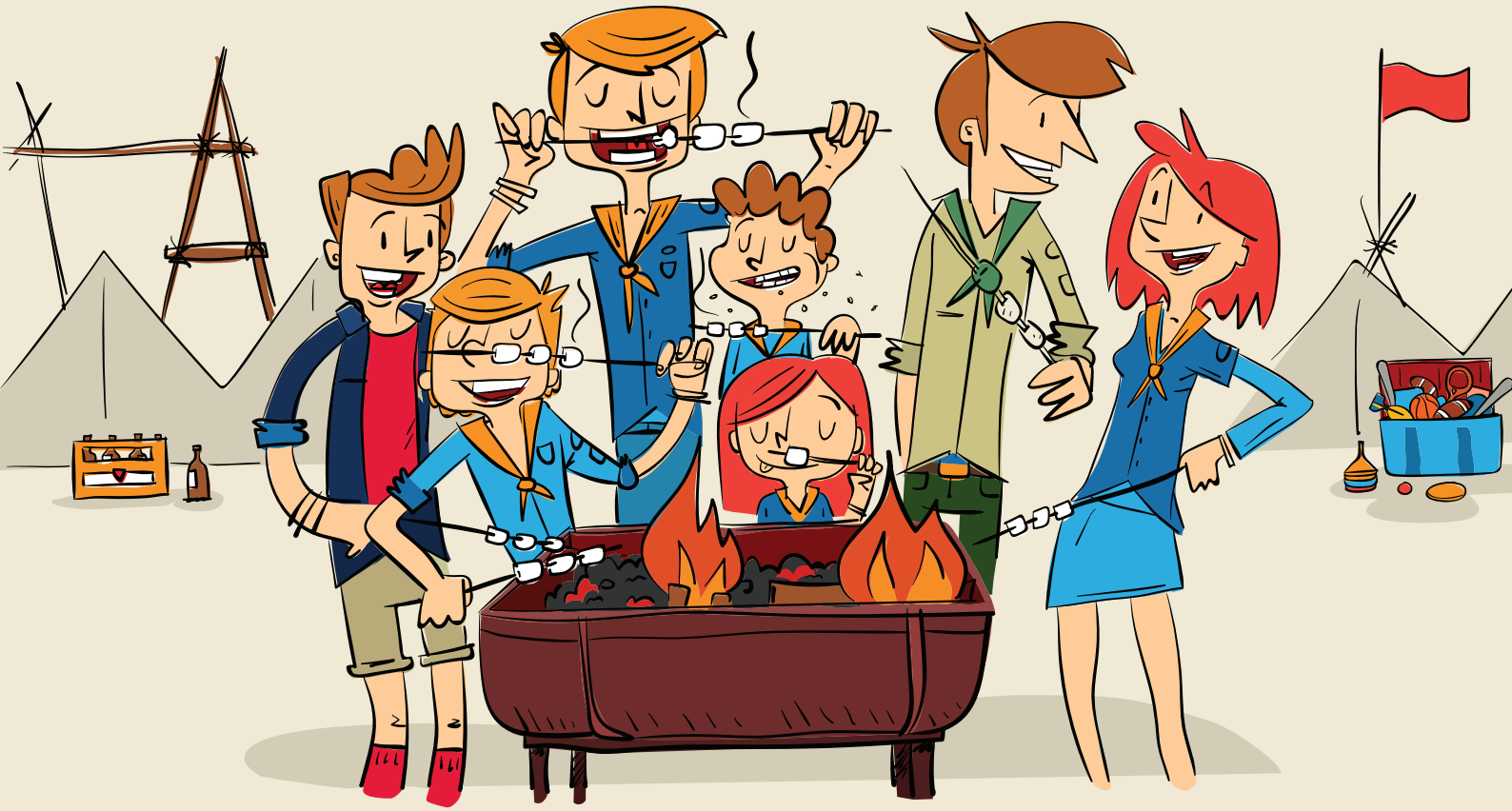
ZAOT OP KAMP

DRUGSINBEWEGING.BE



DEZE GIDS HELPT JE BIJ
HET MAKEN VAN AFSPRAKEN OVER
ALCOHOL EN DRUGS OP KAMP

Jeugd Rode Kruis Vlaanderen · KAJ.BE · FOS Open Scouting · Scouts en Gidsen Vlaanderen · JNM · KSA · klj · de druglijn 078 15 10 20 www.druglijn.be · VAD

INHOUD

CRISIS!

Wat kan er gebeuren op kamp?
- p4 -

IT'S A DEAL!

Voorkom crisissituaties en maak op voorhand afspraken.
- p7 -

TIPS'N TRICKS!

Wat doe je als het misgaat?
- p11 -

WISTJEDAT?!

Enkele weetjes over alcohol en drugs.
- p12 -

COLOFON

Auteurs: Femke Decoster, Hanna Peeters en Karen Vanmarcke, stafmedewerkers VAD
Met dank aan de werkgroep Kamp
Lay-out: Wim Vandersleyen, Hans Van Acker
Illustraties: Studio Monk

Verantwoordelijke uitgever
P. Van Deun, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
wettelijk depotnummer: D/2020/6030/4

© 2020

VAD, Vlaams Expertisecentrum Alcohol en andere Drugs
T 02 423 03 33 | F 02 423 03 34 | vad@vad.be | www.vad.be

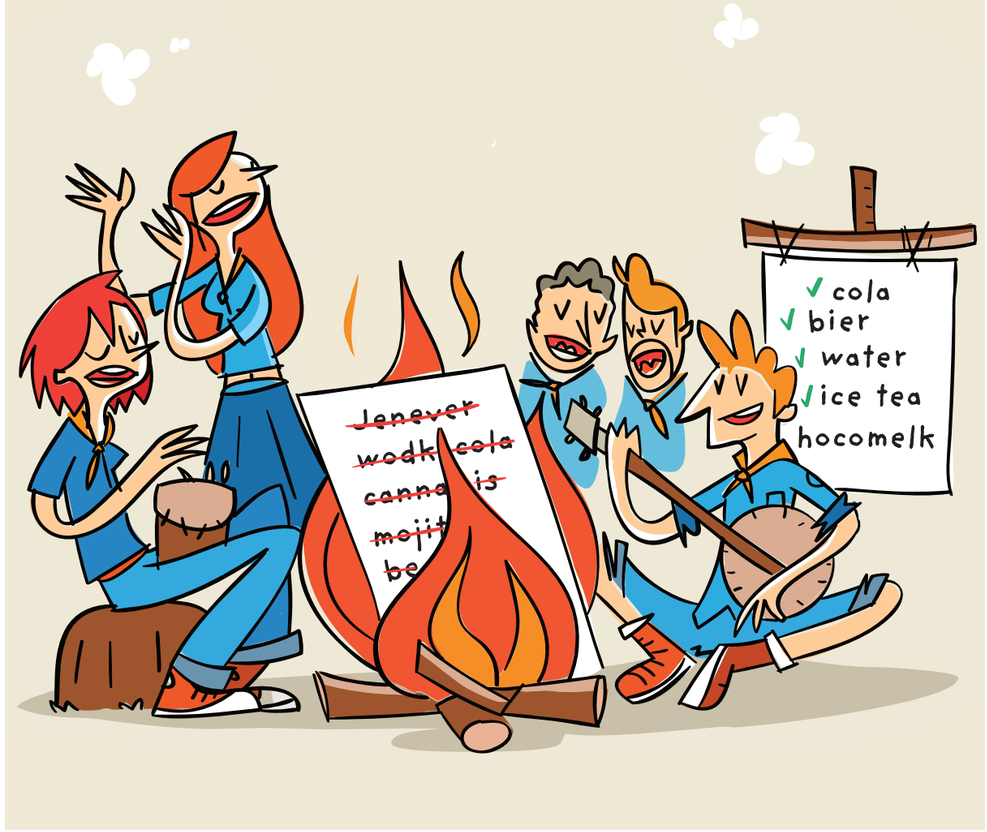
Het gebruik van (delen van) deze publicatie is toegestaan mits behoud van visie en doelstellingen van de publicatie, mits duidelijke bronvermelding en mits er geen financiële winst mee beoogd wordt.

HIGH!

Het hoogtepunt van jullie jeugdbewegingsjaar komt er weer aan: in juli of augustus gaan jullie op kamp! Voor de leiding een drukke periode om ook van dit kamp een onvergetelijke editie te maken. Je wil je leden de tijd van hun leven bezorgen en dit liefst op een veilige manier.

Het kamp kan een plaats zijn waar jongeren experimenteren, ook met alcohol en drugs. Dit kan voor problemen zorgen. Niet alleen volgens de wet, maar soms drinkt iemand te veel of drinkt iemand stiekem, wordt één van je leden ziek of agressief, of heeft je medeleid(st)er een kater en kan je niet op hem/haar rekenen. Zo'n situaties kunnen voor een serieuze domper op de kampvreugde zorgen. Door op voorhand over alcohol en drugs op kamp na te denken, kan je heel wat problemen en discussies voorkomen.

Ben je ook zo verZOT op kamp? Dan is het een goed idee om hier even bij stil te staan!
Met deze korte gids helpen we je daarbij! Bij deze gids hoort ook een spelfiche met een Drugbattle voor de Leiding en een Drugbattle voor de Leden (kijk naar 'kamp' op drugsinbeweging.be).





CRISIS!

Ondanks goede voorbereidingen, kunnen op elk kamp **kleine of grote 'crisissen'** voorvallen:
- Je medeleid(st)er staat met een enorme kater voor de groep en kan zijn/haar ding niet doen.
- Je betrapt een groepje leden erop stiekem een sigaret te roken in het bos.
- De kookploeg kan het niet laten 's avonds een joint rond te geven.

Say whaaat?!

Hieronder vind je een aantal voorbeelden. Hoe zouden jullie, als leidingsploeg, reageren? Test het hier!

FAST: Bij een crisissituatie op kamp moet je snel een beslissing nemen. Doe dat daarom ook hier. Laat iedereen zijn mening geven en probeer in **5 minuten** tot een gezamenlijk standpunt te komen. Natuurlijk kan je ook voor een combinatie van oplossingen of een volledig nieuwe oplossing kiezen!

Op een avond valt een lid uit een boom. Hij/zij is gewond en moet naar de dokter. Iedereen van de leiding heeft te veel gedronken om nog met de auto te rijden.

- Je vindt – ondanks je 5 pinten – dat je nog perfect in staat bent om te rijden en brengt het lid naar de dokter.
- Je geeft het lid een pijnstiller en brengt hem de volgende ochtend naar de dokter.
- Je belt een ziekenwagen om ter plaatse te komen.

Als kampbegeleid(st)er ben je verantwoordelijk voor je leden. Een ongeval? Iemand ziek? Een conflict? Er moeten altijd een aantal leid(st)ers zijn die nuchtere beslissingen kunnen nemen en kunnen optreden in noodgevallen. Als er wordt gedronken, spreek je best op voorhand af wie er nuchter zal blijven (bij voorkeur personen met een rijbewijs).

Je betrapt twee leden die zich aan het bezatten zijn met een fles sterkedrank.

- Je neemt de fles af, giet ze leeg en licht de ouders in.
- Je neemt de fles af en drinkt er 's avonds met de leiding van.
- Je doet alsof je het niet gezien hebt en laat ze verder doen.

Je maakt best op voorhand duidelijke afspraken over alcohol op kamp. Als er gedronken mag worden, bepaal dan wanneer, door wie, waar en hoeveel. Weet dat jongeren onder 18 jaar geen sterkedrank mogen drinken en dat het strafbaar is dit aan hen te schenken, verkopen of aan te bieden. Voor jongeren onder de 16 jaar is dit niet alleen strafbaar bij sterkedrank, maar bij alle alcoholische dranken.
Je spreekt ook best op voorhand af wat er gebeurt als regels overtreden worden. Zorg ervoor dat alle leden weten wat de gevolgen zijn.
Als jongeren dronken zijn, heeft het geen zin in discussie te gaan. Wacht tot ze terug nuchter zijn, bespreek dan het voorval, eventueel gevolgd door een straf.



Je betrapt een lid met cannabis op zak.

- Je neemt de drugs af en spoelt ze door het toilet.
- Je neemt het lid apart en zegt dat drugs niet toegelaten zijn op kamp en dat je hem/haar vanaf nu in de gaten zal houden.
- Je bespreekt met de leidingsploeg dat jullie de ouders zullen inlichten en het lid naar huis zullen sturen.

Reageer duidelijk naar het lid toe: cannabis op zak hebben is strafbaar, zowel voor minder- als voor meerderjarigen. Herhaal de regels en geef aan waarom drugs niet thuishoren op kamp. Breng het lid op de hoogte van de sancties. Verwittig je de ouders? Wordt hij/zij naar huis gestuurd? ...

Wettelijk ben je niet verplicht dit de melden aan de politie. Wanneer je ervoor kiest dat wel te doen, maakt de politie een proces-verbaal op en bezorgt deze aan het parket. De politie brengt ook de ouders op de hoogte. Als iemand drugs dealt, is aangifte wel verplicht.

Je kan gevonden drugs best vernietigen, anders ben je zelf in het bezit en dus strafbaar. Je kan ook de politie bellen en hen vragen de drugs in ontvangst te nemen, waarbij je een verklaring zal moeten afleggen.
Meer informatie over wat wettelijk wel en niet kan? Check de Juridische handvatten voor het gebruik en misbruik van alcohol en drugs in het jeugdwerk op drugsinbeweging.be (materiaal).

Als je op buitenlands kamp gaat, check je best voor vertrek de lokale wetgeving over alcohol en drugs.

High in the sky

Twee medeleid(st)ers komen na de middag schijnbaar high terug uit het bos. Je vermoedt dat ze stiekem een joint hebben gerookt.

- Je negeert dit, ieder zijn ding.
- Je spreekt hen er direct over aan en zegt dat joints niet thuishoren op kamp.
- Je bepreekt het met de hoofdleid(st)er, die beslist het 's avonds met hen te bespreken.

Uiteraard zijn er ook grenzen voor leiding! Enkel voor leden afspraken maken en zelf drankspelletjes spelen of wiet roken, zou hypocriet zijn. Maak duidelijk wat wel en niet kan.

Bepaal op voorhand wat er gebeurt wanneer iemand van de leiding over de schreef gaat en hoe jullie hierop zullen reageren.

Wanneer afspraken op voorhand duidelijk zijn, is het makkelijker om elkaar aan te spreken op het moment dat iemand gedrag stelt dat niet door de beugel kan.



Tijdens het kampvuur zijn enkele leden dronken. Er vallen brokken: iemand heeft de wc-deur ingetrapt.

- Je wordt razend en stuurt de dronken leden naar bed.
- Je licht de ouders in en vraagt hen de kosten te dekken.
- Je beslist om volgend jaar geen alcohol te schenken tijdens het kampvuur.

Een paar dronkaards kunnen de sfeer van een feestje grondig verpesten. Maak daarom op voorhand duidelijke afspraken over alcohol tijdens het kampvuur en zorg dat iedereen ze kent. Hou in het oog dat deze afspraken worden nageleefd. Grijp tijdig in wanneer iemand over de schreef dreigt te gaan. Ruzies of brokken mogen niet onopgemerkt voorbij gaan.

Een lid vraagt elke avond een pilletje tegen de hoofdpijn

- Je geeft hem/haar elke avond een pilletje, zonder vragen te stellen.
- Je vraagt of hij/zij dat thuis ook elke avond doet en zegt dat dat eigenlijk niet gezond is.
- Je zoekt een andere oplossing voor de hoofdpijn: wat vroeger gaan slapen, voor het slapen een frisse neus gaan halen, … .

Dit kan een teken zijn dat er iets anders aan de hand is en dat het lid onrechtstreeks jouw aandacht vraagt. Wees hier alert voor en pols wat verder.

In België mogen alleen artsen, apothekers en andere medici medicijnen toedienen. Als leiding mag dit alleen als je hiertoe toestemming hebt van de ouders. Je kan je verantwoordelijkheid opnemen door werk te maken van medische fiches. Zorg er daarom voor dat je de fiche van ieder kind meeneemt op kamp.

Je merkt dat leden uit de oudste groep roken en jongere leden aanzetten om mee te doen.

- Je roept alle leden samen om het te hebben over omgaan met groepsdruk en het versterken van sociale vaardigheden. Je haalt daarbij een aantal kortetermijngevolgen van roken aan.
- Je neemt de sigaretten van de rokers af en geeft ze er elke avond een paar om te roken uit het zicht van niet-rokers.
- Je geeft als leiding het voorbeeld en rookt niet tijdens de duur van het kamp. Je moedigt de rokende leden aan om jullie voorbeeld te volgen.

Waarschijnlijk zitten er in de oudste groepen of bij de leiding wel een aantal rokers. Omdat jongeren naar jullie opkijken is het van belang zo veel mogelijk het goede voorbeeld te geven. Zo kan je met de rokende leiding afspreken om tijdens de duur van het kamp niet te roken. Ook met je leden kan je zo'n afspraak maken. Met diegenen die niet zonder sigaret kunnen, spreek je best af wanneer en waar ze mogen roken. Roken doe je best op een plek uit het zicht van niet-rokers. Vertel steeds waarom je bepaalde grenzen stelt en weet dat vooral argumenten over de kortetermijngevolgen effect hebben bij jongeren (www.smartstop.be, www.kortemettenmetsigaretten.be). Jongeren onder de 16 mogen volgens de wet geen sigaretten kopen, probeer deze richtlijn dan ook op kamp te volgen. Respecteer ook het huisreglement over roken van de kampplaats. Stel als streefdoel voorop dat jullie niet met meer rokers het kamp afsluiten dan dat je het bent gestart.

HET IS ONDERTUSSEN WEL DUIDELIJK:
OP VOORHAND AFSPRAKEN MAKEN IS BELANGRIJK.

KIJK OP DE VOLGENDE PAGINA HOE JE DIT KAN AANPAKKEN!



IT'S A DEAL!

1. AFSPRAKEN MAKEN, HOE BEGIN IK HIER AAN!?

Samen op kamp wil zeggen dat jullie een aantal afspraken zullen moeten maken. Om hoe laat staat iedereen op? Wie organiseert welk spel? Wanneer wordt er vergaderd? …

Net als voor deze 'evidente' taken denken jullie best eens na over hoe jullie zullen omgaan met alcohol en drugs op kamp en wat er gebeurt wanneer iemand zich niet aan deze afspraken houdt. Want goede kampafspraken maken goede vrienden!

Volg deze **5 STAPPEN** samen met de tabellen op de volgende twee pagina's en in no time staan jullie afspraken over alcohol en drugs op papier!

Meer hulp nodig? *Contacteer een preventiewerker*

STAP 1 - Welke afspraken hebben we al over alcohol en drugs?
Schrijf per groep (leiding, leden +16, leden -16) in de **tabellen** op de volgende pagina's de **concrete afspraken** neer over

- Bezit
- Gebruik of onder invloed zijn
- Delen en/of dealen …

➜ Wat toegelaten is, schrijf je in het vakje 👍
➜ Wat verboden is, schrijf je in het vakje 👎

Tip - *Doorloop deze stap met de hulp van het spel Drugbattle voor Leiding.*

STAP 2 - Zijn alle afspraken volledig en duidelijk?
Dit wil zeggen: heb je in elk vakje van de tabel een antwoord op de vragen: **Wanneer?, Waar? en Hoeveel?**

- JA: ok!
- NEE: Bespreek ze in groep, zorg dat de hele leidingsploeg erachter kan staan en pas ze aan.

Tip - *Je kan de oudste leden ook inspraak geven. Speel hiervoor de Drugbattle voor Leden.*

STAP 3 - Volgen onze afspraken de wet?

- JA: Ok!
- NEE: Pas de afspraken in de tabel aan volgens de wet.

Tip! *Om risico's te beperken drink je beter geen alcohol voor je 18 jaar, ook al zegt de wet dat je alcohol (bier en wijn) mag drinken vanaf je zestien jaar.*

Opgelet! *Op buitenlands kamp? Zoek de wetgeving van je gastland op!*

STAP 4 - Liggen onze afspraken in dezelfde lijn als het huisreglement van de kampplaats en de visie over alcohol en drugs van onze koepel?

- JA: ok!
- NEE: Pas de afspraken in de tabel aan.

STAP 5 - Communiceren!
Aan afspraken heb je niets als niemand ze kent. Communiceer jullie afspraken.
Naar **ouders**: via een brief, je website of Facebookpagina, op een ouderavond, tijdens de huisbezoeken, …
Naar jullie **leden** kan dit op een meer ludieke manier:
➜ Speel het spel Drugbattle voor Leden of maak een leuke **fotoreportage** die de belangrijkste afspraken illustreren. Hang deze op aan jullie kampplaats.

Vul de volgende twee tabellen in met hulp van de 5 stappen op de vorige pagina.

Noteer hier jullie concrete afspraken over alcohol en drugs op kamp. Vb: ❶ Leden 16+ mogen 1 glas alcohol drinken tijdens het kampvuur, en dit na 21u.
❷ Leiding mag op geen enkel moment dronken zijn op kamp. ❸ Tijdens de tweedaagse wandeltocht mogen leden 16+ geen alcohol aankopen.

👍 Wat is toegelaten op kamp, wanneer, waar en hoeveel? 👎 Wat is verboden op kamp wanneer, waar, (en hoeveel)?

ALCOHOL

ONZE DEALS OP EEN RIJ	IN BEZIT ZIJN VAN ALCOHOL	ALCOHOL GEBRUIKEN OF ONDER INVLOED ZIJN	ALCOHOL DELEN OF DOORVERKOPEN
LEIDING (INCL. KAMPOUDERS EN/OF KOOKPLOEG)	👍	👍	👍
	👎	👎 ❷	👎
LEDEN 16+	👍	👍 ❶	👍
	👎 ❸	👎	👎
LEDEN 16-	👍	👍	👍
	👎	👎	👎

DRUGS

ONZE DEALS OP EEN RIJ	IN BEZIT ZIJN VAN DRUGS	DRUGS GEBRUIKEN OF ONDER INVLOED ZIJN	DRUGS DELEN OF DEALEN
LEIDING (INCL. KAMPOUDERS EN/OF KOOKPLOEG)	👍	👍	👍
	👎	👎	👎
LEDEN 16+	👍	👍	👍
	👎	👎	👎
LEDEN 16-	👍	👍	👍
	👎	👎	👎

NAAST ALCOHOL EN DRUGS ZIJN ER OOK ANDERE THEMA'S WAAR JE ALS GROEP EENS BIJ KAN STILSTAAN, ZOALS: MEDICATIE, TABAK, SNOEP, GSM, GAMES

2. IEMAND GAAT OVER DE SCHREEF! WAT NU?

Denk bij het maken van afspraken ook na over wat de gevolgen zijn als die afspraken niet nageleefd worden en communiceer deze.

- Leden tijdens het stadsspel betrapt op café?
- Een medeleid(st)er die een kater heeft?
- Leden een bak bier gestolen uit de keuken(-tent)?
- Iemand cannabis meegesmokkeld op kamp?

Negeren is in elk geval GEEN OPTIE! Doe niet alsof je neus bloedt, maar ga ermee aan de slag!

Iemand op heterdaad betrapt?
- Geef meteen aan dat het gedrag niet kan.
- Laat weten dat je het zal bespreken met de leidingsploeg en dat je er nog op terug zal komen.

Hoe doe ik dat?

STAP 1 - Bespreek het voorval met de leidingsploeg
- Wat is er gebeurd?
- Beschikken we over de juiste info?
- Weten we echt of iemand over de schreef is gegaan?
- Is het eerder een vermoeden?

***Tip** - Bij twijfel over wat je moet doen: contacteer je koepelorganisatie of een vertrouwens-persoon.*

STAP 2 - Bespreek met de leiding of je een gevolg gaat geven aan het voorval
- Zijn er **afspraken** over sancties waarop je terug kan vallen?
- Reageer **consequent**:
  - Dezelfde feiten = dezelfde straf
  - Iedereen gelijk voor de wet, dus ook als het om leiding gaat
- Hoe een **straf** bepalen?
  - Een straf heeft best te maken met wat er juist is gebeurd.
    Voorbeeldsituatie: Een lid heeft stiekem gedronken
    De afwas van het hele kamp doen
    Geen alcohol tijdens het kampvuur
  - Een straf mag **NOOIT** vernederend, fysiek, pijnlijk, onveilig of buiten proportie zijn.
- Is het nodig om **ouders** op de hoogte te brengen?
- Spreek af wie van de leiding **het gesprek** aangaat.

STAP 3 - Koppel terug wat je met de leiding hebt afgesproken
- Blijf zelf rustig en reageer niet uit boosheid.
- Leg uit waarom het gedrag niet kan volgens de leidingsploeg.
- Verduidelijk waarom je al dan niet een straf geeft en wat deze is.

STAP 4 - Zorg ervoor dat de straf wordt uitgevoerd



TIPS'N TRICKS

IN CASE OF EMERGENCY

Gaat de situatie je petje te boven? Contacteer de **hulpdiensten**! Maak voor het kamp een lijstje met belangrijke **telefoonnummers** in de buurt van je kampplaats:

- Hulpdiensten: 112
- Antigifcentrum: 070/254.254
- Arts: …
- Ziekenhuis: …
- Noodnummer koepelorganisatie: …
- Secretariaat koepelorganisatie: …
- Kamp-/kookouder(s): …
- …

BETRAPT ÉN ZIEK = DUBBELE PECH

- **Een glas teveel op?** Water, water en nog eens water! ≠ een halve liter in één keer, maar wel met mondjesmaat.
- Toch iemand **serieus boven zijn/haar theewater**? Laat hem/haar niet zomaar alleen! Roes laten uitslapen en luister regelmatig of hij/zij nog ademt. Controleer het bewustzijn. Verlaag het stikgevaar bij overgeven door hem/haar in de stabiele zijligging te leggen. Zorg ervoor dat hij/zij veilig en dus zeker niet buiten ligt (gevaar voor onderkoeling of voor ongeluk).
- Iemand **ziek of duizelig door cannabisgebruik?** Laat hem/haar niet zomaar alleen! Zorg dat hij/zij veilig ligt of breng hem/haar indien mogelijk naar een rustige omgeving. Controleer regelmatig het bewustzijn en de ademhaling.

Verwittig de hulpdiensten als je je ongerust maakt of als hij/zij bewusteloos wordt.

IK? JIJ? SAMEN? BOB

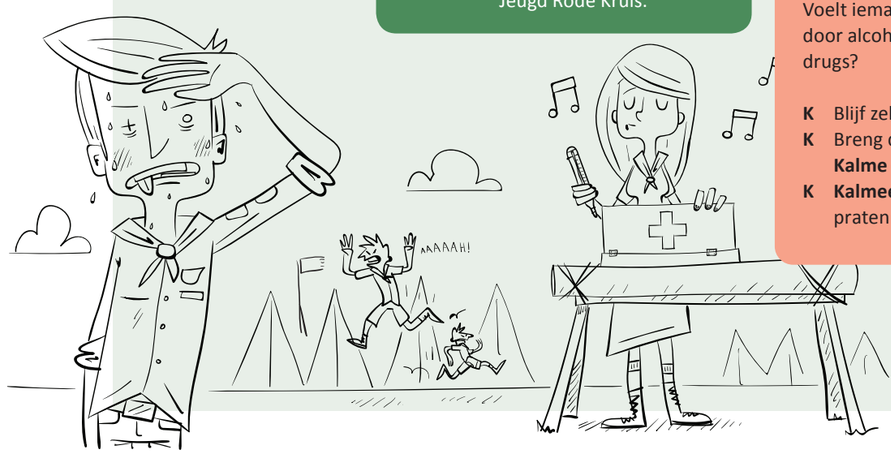
EHBO-TIP

Zorg ervoor dat een aantal leid(st)ers een **eerstehulpcursus** hebben gevolgd.
Dit kan bijvoorbeeld bij het Jeugd Rode Kruis.

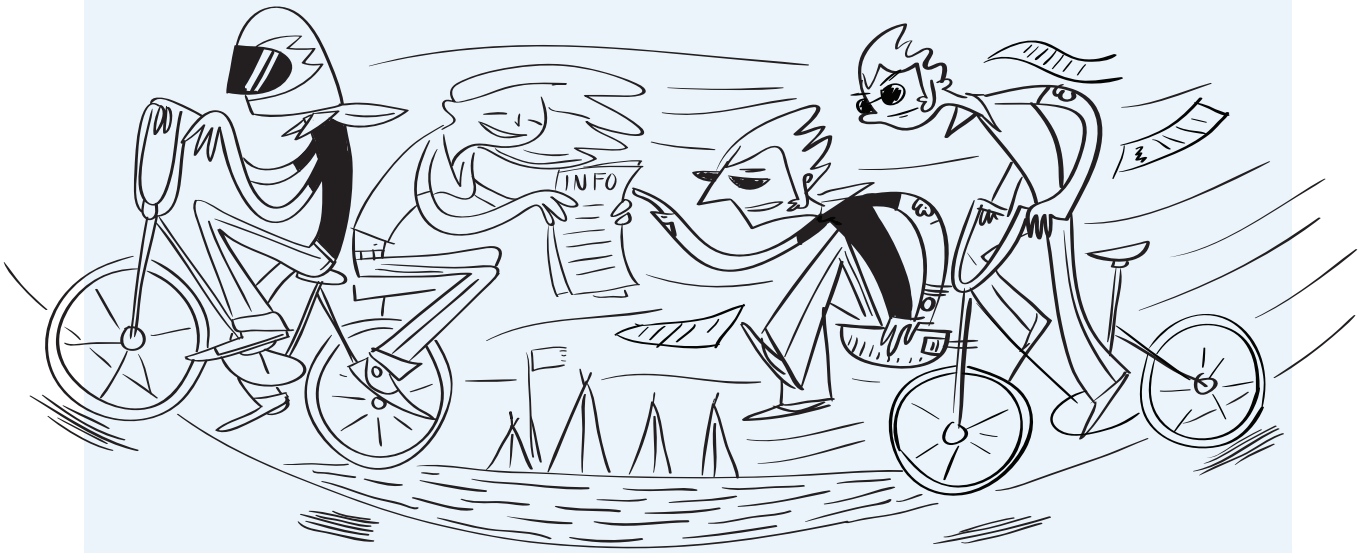
KEEP CALM EN DOE 3 KEER K

Voelt iemand zich niet zo goed door alcohol, cannabis of andere drugs?

- **K** Blijf zelf **Kalm**
- **K** Breng de persoon naar een **Kalme** omgeving
- **K** **Kalmeer** de persoon: rustig praten en geruststellen



WISTJEDAT!?



… **je leden** naar je opkijken en dus ook naar hoe jij omgaat met alcohol en drugs?

… een **kater** niet overgaat met peterselie, koffie of vettig eten, maar enkel met de tijd?

… 4/5 jongeren tussen 12 en 18 jaar nog **nooit** cannabis heeft gebruikt?

… je met al je **vragen** over alcohol of illegale drugs terecht kan bij www.druglijn.be ?

… je om de risico's te beperken beter geen alcohol drinkt voor je 18 jaar? Boven de 18 jaar drink je best niet meer dan 10 glazen per week en drink je beter niet alle dagen.

… je als persoon of groep **burgerlijk of strafrechtelijk aansprakelijk** gesteld kan worden? Ontdek op www.drugsinbeweging.be (waarom een beleid) hoe je dit kan voorkomen.

… niet iedereen even-veel **alcohol** kan ver-dragen? Dit verschilt naar geslacht, grootte, gewicht, gewoonte, …

… je **hersenen** groeien tot je ongeveer 25 jaar bent en alcohol en drugs daar een ver-storende werking op kunnen hebben?

… cannabis de **emotie** van het moment ver-sterkt? Als je je slecht voelt, kan je je dus nog slechter gaan voelen.

… ook jullie koepelorgani-satie een **visietekst** heeft over alcohol- en drugge-bruik? Kijk maar eens op hun website!

… alcohol een **verdo-vend effect** heeft op je hersenen waardoor je reactievermogen vermindert?

… 3/4 jongeren tussen 12 en 16 jaar nog **nooit** dronken was.

… niet iedereen op dezelfde manier rea-geert op **cannabis**?

… cannabis en andere illegale drugs volgens de **wet** verboden zijn, ook voor meerder-jarigen?

… veel **zware bieren** het dubbel aantal standaardglazen alcohol bevatten dan een pintje?

… een **te hoge dosis alcohol** ervoor kan zorgen dat je adem-haling en/of hart verzwakt of zelfs hele-maal kan stilvallen?

… je nuchter voelen niet hetzelfde is als nuchter zijn. Je li-chaam heeft namelijk **1.5 uur** nodig om 1 standaardglas alcohol te verwerken. Tel dat maar eens uit!

… je door een t**e hoge dosis cannabis** misse-lijk, duizelig of angstig kan worden en soms zelfs kan flauwvallen?