

Alcohol & Andere Drugs

Hoe zorg ik voor een gezond kamp?



CENTRA VOOR ALCOHOL-EN
ANDERE DRUGPROBLEMEN
LIMBURG vzw

lsm

S *limburg sterk merk*
tichting openbaar nut



Deze gids is een vernieuwde versie van de VAD brochure 'Drugs: een ramp op kamp?' (1997), de update werd ontwikkeld door de CAD Limburg vzw – preventiedienst.

Alcohol en andere drugs...

Hoe zorg ik voor een gezond kamp?

Een gids voor begeleiding van een jongerenkamp.

Met deze gids willen we als preventiedienst van de CAD (Centra voor Alcohol- en andere Drugproblemen) jongerenbegeleiders steunen bij de voorbereiding van een veilig en gezond kamp.

Zo vind je in deze bundel een aantal methodieken om gezonde en ongezonde aspecten van het kamp te bespreken.

In het tweede en derde deel vind je werkvormen terug die stof tot nadenken bieden ten aanzien van drugs en in het specifiek alcohol. Zowel gebruik als misbruik van een middel komt aan de orde.

Tenslotte willen we jullie ook enkele tips aanreiken om jongeren te motiveren bij het maken van gezonde keuzes.

De gids heeft als doel ruimte te geven om te kunnen discussiëren. Toets je eigen mening aan de mening van de andere begeleiders en doorloop deze gids alvorens je op kamp vertrekt, zo kom je niet voor verrassingen te staan.

Afspraken horen duidelijk te zijn voor iedereen, niet alleen voor de kampdeelnemers, maar evenzeer voor de kampleiding.

Enkele momenten wanneer je de tijd kan nemen deze gids te bespreken: tijdens een voorbereidingsweekend, vergadering,...

Denk eraan dat je mits het maken van goede afspraken, crisissituaties of conflicten kan vermijden.

Je trekt als begeleidend team aan één zelfde touw, wat grensoverschrijdend gedrag bemoeilijkt.

Succes!

De kampfiche

Geef deze gids een persoonlijke 'touch' en vul hier de gegevens in van je kamp, de deelnemers en de begeleiding:

Het kamp

- Organisatoren:
- Periode:
- Plaats:
- Kampthema:

Deelnemende jongeren

- Aantal meisjes:
- Aantal jongens:
- De leeftijd van de deelnemers:tot.....jaar.

Het kampteam

Begeleiding: _____

De koks: _____

De verplegers van dienst: _____

Eindverantwoordelijke kamp: _____

Gezond kamperen: een evidentie?! (Werkvorm 1)

Gezondheid uit zich op zowel lichamelijk als geestelijk vlak. Het welzijn, dat samenhangt met een goede gezondheid, kan ook bevorderd worden door voldoende aandacht te geven aan het sociale aspect: het in contact komen met elkaar. Dit kan op verscheidene manieren: kennismakingsspelen, behendigheidsspelen, teambuilding, enz. Sport en bewegingsspelen komen de gezondheid ten goede op lichamelijk vlak. Daarnaast zijn waardering en acceptatie twee begrippen die ervoor zorgen dat een jongere zich al dan niet goed in zijn vel voelt. Dan spreken we van de psychische gezondheid. De kampomgeving kan stimulerend werken voor de sociale gezondheid, zeker wanneer er sprake is van veel uitdaging en fun! Volgende werkvormen kunnen jullie aanzetten tot gedachte-uitwisseling over het gezondheidsniveau van jullie kamp. Overleg en maak samen concrete afspraken.

Elk kamp heeft zijn eigen typische kenmerken. Het is aan jullie om bij elk gegeven te beoordelen of dit een kamp gezond/ongezond maakt. Kies eerst individueel de 3 meest gezonde omschrijvingen, alsook de 3 meest ongezonde, bedenk zelf nog enkele belangrijke gezonde en mogelijks ongezonde kenmerken van het kamp!

Overleg nadien samen met de voltallige begeleiding: wie koos voor welke omschrijvingen en waar zijn de meningen sterk uiteenlopend? Tracht door middel van discussie tot eenduidigheid te komen!

- Roken is mogelijk, wij voorzien hiervoor een aparte ruimte.
- De spelen die we voorzien op het kamp zijn vooral niet-competitief.
- De toiletten zijn vuil en onhygiënisch.
- Elke dag voorzien we een koek of chips als vieruurtje.
- Op kamp is er ruimte om persoonlijke problemen te bespreken.
- Bij elke activiteit wordt de volledige groep betrokken.
- Onze jongeren mogen alcoholische drank meebrengen van thuis, maar niet aankopen op het terrein zelf.
- Als begeleiding mogen wij drinken, maar we doen dit niet in het bijzijn van de jongeren.
- We doen veel sportactiviteiten.
- Over het gebruik van alcohol bestaan er duidelijke afspraken, nl....
- Elkaar pesten is toegestaan, jongeren moeten maar wat kunnen verdragen van elkaar.
- Het uur van slapengaan wordt door elke jongere zelf beslist.
- Rommel en afval op de kampplaats kan geen kwaad, alles kan opgeruimd worden voor het vertrek naar huis.
- ...
- ...

Een 'foto' van ons kamp (werkvorm 2)

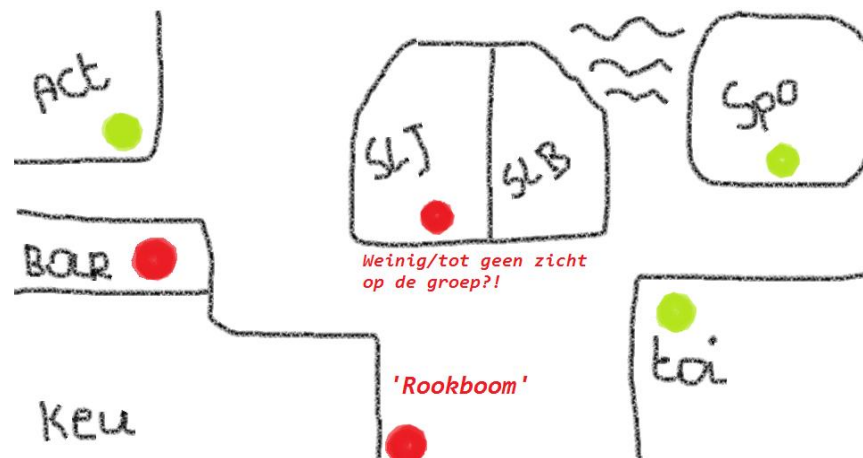
Neem een groot papier (bijvoorbeeld A3 blad) of gebruik een tekenbord.

Deze werkvorm dient om stil te staan bij het plan van jullie kampeerplaats/verblijfcentrum.

Maak een overzicht van de gezonde plaatsen (bijvoorbeeld: de plaats waar jullie sporten, de plaats waar er aan creativiteit gewerkt wordt, de slaapruijnte, enz.). Kleur deze plaatsen groen. Let wel op: geef deze enkel een groene kleur wanneer er geen storende factoren aanwezig zijn, zoals bv. kan ik in de slaapruijnte voldoende verluchting voorzien? Kan ik op de plaats waar er gesport wordt voldoende materiaal en ruimte voorzien? Bij de eetruimte: zijn er voldoende vuilbakken aanwezig en is de keuken waar de voeding bereid wordt hygiënisch?

Maak vervolgens een overzicht van de ongezonde plaatsen (bijvoorbeeld: de toiletten hebben gebreken, geen vuilbakjes en er wordt hier niet gepoetst, de eetruimte indien er enkel ongezond eten op de menu zal staan,...).

Enkele plaatsen die je kan bespreken: de eetruimte (EET), de bar of kantine (BAR), de slaapruijnte van de jongeren (SLJ)/ van de begeleiding (SLB), de toiletten (TOI), de douches (DOU), de keuken (KEU), de speelplaats (SPE), de activiteitenruimte (ACT), het begeleiderslokaal (BEG), de omgeving van de kampplaats (OMG), de sportvelden (SPO),...Gebruik de afkortingen op het plan, zo kan je gemakkelijk de plaatsen aanduiden.



Voorbeeld plan kampplaats

Gezonde afspraken zijn goud waard! (werkvorm 3)

Verdeel de begeleiding in kleinere groepen. Denk na over minstens 3 goede voornemens die het kamp gezond kunnen houden. Bijvoorbeeld: we maken een verdeling van wie de toiletten poetst (elke dag een andere begeleider).

Bespreek achteraf alle voornemens en zoek de 3 die het meest realistisch/haalbaar zijn en waarin iedereen zich kan terugvinden. Schrijf deze op een groot blad papier en hang ze ook zichtbaar op in het begeleidingslokaal! Indien jullie het haalbaar zien om aan meer voornemens te voldoen, kunnen jullie er steeds meer oplijsten.



Top 3 gezondheidsafspraken

1. _____
2. _____
3. _____

Hoe zit het met alcohol en andere drugs?!



Alcohol, tabak, medicatie, andere illegale drugs hebben hun invloed op de gezondheid en bepaalt dus ook de gezondheid van jullie kamp: gebruik/misbruik is beïnvloedend voor de sfeer, het gedrag, het welbevinden, de veiligheid, de fysieke en geestelijke toestand van de jongeren.

Naast de algemene gezondheidsafspraken is het dus evenzeer belangrijk afspraken te maken rond alcohol en andere drugs.

Zoals we het allemaal wel ondervinden in de huidige maatschappij, alcohol en andere drugs zijn ingeburgerd en overal aanwezig.

Op kampen wordt er ook wel eens een pintje gedronken, een sigaret gerookt of een medicament geslikt...

Voor drugs die verboden zijn door de wet ligt de zaak nog wat anders: de samenleving aanvaardt dit niet, waardoor het bespreken van illegale drugs vaak een taboe blijft. Dit heeft zijn weerslag op het maken van kampafspraken!

Wij willen dat dit taboe van tafel geschoven wordt en dat er mits hulp van bepaalde werkvormen kan nagedacht worden over alcohol, tabak en medicatie. In een afsprakentabel kunnen ook andere producten hun plaats krijgen, nl. het gebruik van frisdrank, games, snoepgoed, enz.

Afspraken in tabelvorm (werkvorm)

Jullie zijn gearriveerd op de bestemming...

Heeft de kampplaats of het verblijfcentrum een huisreglement?

Vraag dit zeker eens na en maak op basis hiervan een afsprakenlijst.

Kampafspraken die je vooraf in team hebt vastgelegd neem je ook mee bij de opmaak van de afsprakentabel!

Verdeel jullie opnieuw in kleine groepen en vul de onderstaande tabel in aan de hand van enkele richtvragen: *Waar, hoeveel, wanneer, waarom, ...?*

Wat toegestaan is, vul je in het lichtgroene gedeelte in. In het rode gedeelte vul je in wat verboden is.

Vergelijk nadien de afspraken met de andere groepjes en tracht de afspraken zodanig te bespreken dat er uiteindelijk een afsprakentabel ontstaat waar de volledige begeleiding achter staat!



! Afspraken in de kijker !

Een tabel met concrete afspraken over wat al dan niet toegestaan is, geeft begeleiding een stevige houvast.

Daarnaast heeft ook de deelnemende jongerengroep nood aan deze 'zichtbare' structuur!

Vergeet trouwens ook de ouders niet op de hoogte te brengen, dit kan je eventueel doen via een brief.

De jongeren zelf kan je op een ludieke manier op de hoogte brengen (een kleurrijke afsprakentabel ophangen in de vorm van een gedicht bijvoorbeeld).

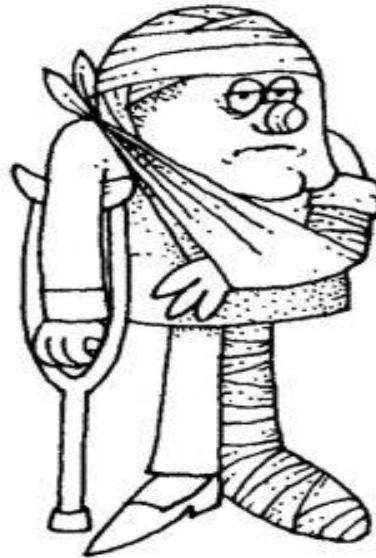
De afspraken moeten uiteindelijk voor iedereen helder zijn, gebruik desnoods symbolen of tekeningen die je op elke specifieke plaats (eetruimte, slaapkamers, activiteitenlokaal,...) laat terugkomen!

Kleine crisis?

Al zet elke begeleider zijn beste beentje voor, op ieder kamp kan er zich wel iets ongeplands/vervelends voordoen: iemand breekt zijn been, hoogoplopende conflicten leiden tot een vechtpartij, buitensporig alcoholgebruik, het roken van cannabis,...

Indien je goed geformuleerde afspraken hebt, is de manier van ingrijpen ook duidelijk. Belangrijk is dat je kan verwijzen naar iets wat tastbaar is, afspraken die op papier staan. Natuurlijk weet je nooit welke andere situaties er zich nog kunnen voordoen, dit is soms onvoorspelbaar.

Volgende werkvormen kunnen een handvat zijn om in te spelen op onvoorziene situaties. Het doel is je te laten stilstaan bij de mogelijke oplossingen voor crisissituaties en ondersteunende partners in kaart te brengen.



Het crisisdebat (werkvorm)

Bij het crisisdebat gaan we stilstaan bij enkele (mogelijke) situaties die je kan tegenkomen op kamp. Bij elke situatie zijn er 3 manieren van reageren, het is aan jullie om deze reactievormen onder de loep te nemen. Iemand van de groep leest de situaties en reacties voor, iedereen reageert zo snel mogelijk met keuze A, B of C, een combinatie of bekijkt het vanuit een andere invalshoek met misschien wel een eigen manier van reageren.

Kom per situatie zo snel mogelijk tot overeenstemming in de groep!

1. De sportactiviteit begint, één van de jongeren verschijnt ladderzat in de sportzaal.
 - A. De jongere kan gewoon deelnemen aan de activiteit, dan hebben we nog wat om in de groep mee te lachen.
 - B. De jongere wordt meteen naar zijn kamer verwezen, we bespreken de situatie nadat hij zijn roes uitgeslapen heeft.
 - C. De gemaakte afspraken worden meteen aangehaald: we wijzen hem erop dat alcohol niet kan tijdens activiteiten en dus ook niet vóór de activiteit gedronken mag worden!

2. Eén van de jongeren komt nu al enkele avonden na elkaar naar een pijnstiller vragen.
 - A. Je bevroegt ten eerste waarvoor de pijnstiller dient, van zodra hij zegt dat het voor zijn hoofdpijn is, zoek je samen met hem naar een andere oplossing: bv. vroeger gaan slapen.
 - B. Je geeft hem de medicatie zonder de jongere te bevragen.
 - C. Je wijst hem erop dat zoveel medicatie innemen niet gezond is en vraagt of hij thuis ook zo snel een pilletje neemt.

3. Er is een gevecht ontstaan tussen een groepje jongeren, één jongen is ernstig gewond en moet dringend naar het ziekenhuis gebracht worden. Iedereen van de begeleiding heeft ondertussen te veel gedronken om nog met de wagen te rijden...
 - A. Eén iemand van de begeleiders vindt dat hij (ondanks het drinken van 5 biertjes) nog in prima staat is om alert te rijden. Hij waagt het erop de jongere naar het dichtst bijzijnde ziekenhuis te brengen.
 - B. We geven de jongere een pijnstiller en verzorgen de diepe wonden wat oppervlakkig met isobetadine. De jongen kan morgenvroeg nog naar het ziekenhuis.
 - C. We bellen meteen een dokter van wacht of een ziekenwagen om ter plaatse te komen. We maken daarnaast ook nog duidelijke afspraken in het begeleidingsteam: vanaf nu blijft er altijd één iemand nuchter!

4. Het is je opgevallen dat een jongere cannabis op zak heeft...
 - A. Jullie besluiten in samenspraak de ouders in te lichten over het bezit en de jongen wordt ook meteen geschorst van het kamp.
 - B. De drugs worden in beslag genomen, door het toilet gespoeld en verder wordt er weinig aandacht aan besteed.
 - C. De jongere wordt even apart genomen, je vertelt hem dat drugs niet getolereerd worden op het kamp. De resterende dagen wordt de jongere extra in het oog gehouden.

5. Je merkt dat een meisje haar sigaretten per stuk 'verkoopt' aan anderen, daarbij betreft ze ook mensen die nooit eerder gerookt hebben...
 - A. Het meisje wordt aangesproken en gewezen op de regels omtrent roken van tabak, daarnaast worden ook de andere groepsleden aangesproken op het 'aankopen' van de tabak en de negatieve gevolgen voor de gezondheid.
 - B. We reageren hier niet op, het is haar eigen keuze om de sigaretten te verkopen.
 - C. Het meisje wordt aangesproken, zij krijgt ook een extra klusjestaak als gevolg (bv. één dag van de week de toiletten poetsen).

6. Het is vrijdagavond en tijd voor ontspanning, twee jongeren bevinden zich al uren op de slaapkamer en wanneer je gaat kijken, merk je dat ze voor het snelst en zoveel mogelijk sterke drank aan het drinken zijn. Wat doe je?
- A. Ik neem de drank af en besluit deze samen met de rest van de begeleiding op te drinken.
 - B. Ik neem de drank af, giet deze weg en doe er verder niets mee.
 - C. Ik bespreek met hen eerst en vooral de gevolgen van het overmatig drinken, neem de sterke drank in beslag en licht de ouders in.
7. Er zijn bij het feestje op zaterdagavond enkele jongeren zwaar beschonken, één van die jongeren raakt agressief nadat je hem aangesproken hebt en schopt een barst in de deur. Je krijgt er geen controle meer over en hij maakt aanstalten om nog meer zaken te vernielen. Wat doe je?
- A. Ik overleg meteen met enkele begeleiders en we beslissen (ondanks het ongecontroleerde en niet in te schatten gedrag) samen de jongere naar zijn kamer te sturen.
 - B. Ik bel na overleg met het begeleidingsteam de politie, we delen de ouders ook de boodschap mee dat het kamp voor hem hier afloopt. De jongere wordt geschorst van het kamp.
 - C. We laten de jongere afkoelen (wat er allemaal stukgemaakt wordt is achteraf voor zijn of de ouders hun rekening). Nadat de jongere afgekoeld is, proberen we op een rustige manier het gesprek aan te gaan en bekijken we de mogelijkheid of hij het kamp mag voorzetten (mits duidelijke afspraken rond het alcoholgebruik).
8. Net voor de avondactiviteiten beginnen, ruik je bij een andere begeleider overduidelijk een adem die erop wijst dat hij sterke drank gedronken heeft. Wat doe je?
- A. Je vraagt hem of hij nog wat drank op zak heeft, je hebt zelf wel zin in een glaasje.
 - B. Je spreekt hem aan op zijn verantwoordelijkheidsfunctie als begeleider en stelt voor dat hij vanavond best in de begeleiderskamer blijft, in plaats van in de groep te staan.
 - C. Je gaat eerst en vooral de rest van het begeleidingsteam inlichten en probeert in overleg ervoor te zorgen dat de begeleider die de sterke drank bij heeft, deze in de vuilnis deponeert.

9. Drie jongeren zijn wat verderop gaan wandelen in een bos, één van hen is behoorlijk onder de indruk wanneer ze terugkomen en beweert dat de twee anderen speed aan het dealen waren. Hoe reageer je?
- A. Je gaat onmiddellijk in gesprek met de jongere die het kwam melden en de twee anderen worden er eveneens bijgeroepen. Je confronteert hen met hetgeen je te horen kreeg.
 - B. Je neemt de twee jongeren die vermoedelijk aan het dealen waren in gesprek, diegene wat het kwam melden wordt niet betrokken. Je confronteert hen met hetgeen je zogezegd 'zelf hebt zien gebeuren'. Je wil namelijk diegene die het kwam melden niet verklikken.
 - C. Je gaat er niet meteen op in en houdt de komende uren de jongeren die aan het dealen geweest zijn, nauwgezet in de gaten. Dit in de hoop dat je hen zelf op heterdaad kan betrappen en hen vervolgens kan confronteren met feiten.
10. Eén van de jongeren heeft een mobiele telefoon met de allernieuwste snuffjes. Hij speelt voortdurend spelletjes en weigert meermaals deelname aan de activiteiten. Wat doe je?
- A. Je stelt hem vragen over zijn interesse in het gamen en drukt vervolgens ook je bezorgdheid uit over het dwangmatige ervan. Je laat duidelijk blijken dat je het niet gezond vindt dat hij de activiteiten er zo vaak voor laat vallen.
 - B. Je besluit na overleg met het team de GSM overdag af te nemen en deze 's avonds pas terug te geven.
 - C. Je hebt hier weinig problemen mee, als de jongere zich er goed bij voelt, moet hij het niet laten voor de activiteiten. De jongeren doen immers mee met datgene wat ze zelf willen.



Ondersteunende partners

Hetgeen zeer belangrijk is om professioneel te kunnen inspelen op crisissituaties, is het hebben van een **BACK-UP**.

Overleg altijd met de andere begeleiders over je manier van aanpak, maar durf daarnaast ook beroep doen op partners van buitenaf.

Dit is zeker van belang bij situaties die jullie als begeleidingsteam niet alleen kunnen oplossen! Maak reeds vóór het kamp een lijst op van adressen en telefoonnummers. In onderstaande kaders kan je een aantal adressen/telefoonnummers aanvullen. Overleg goed op voorhand wanneer je welke personen wenst in te schakelen. Het is bijvoorbeeld niet zo bevorderlijk voor de sfeer van het kamp wanneer jullie bij het kleinste voorval onmiddellijk beroep doen op politie of bij gedrag dat niet past binnen het kampreglement, de ouders meteen gaan inlichten.

Externe contactpersoon kampbegeleiding

- Naam:
- Adres:
- Telefoon:

Verwittigen bij:



Belangrijke hulpdiensten

- Antigifcentrum:
- Brandwondencentra:
- Medische spoeddienst:
- Brandweer:

Verwittigen bij:



Arts (ook iemand met nacht- en weekendpermanentie)

- Naam:
- Adres:
- Telefoon:

Verwittigen bij:



Politie (van gemeente/stad waar kamp doorgaat)

- Naam:
- Adres:
- Telefoon:

Verwittigen bij:



Ziekenhuis (dichtstbijzijnde)

- Naam:
- Adres:
- Telefoon:

Verwittigen bij:



Andere... (zelf in te vullen)

- Naam:
- Adres:
- Telefoon:



Verwittigen bij:

Het driesterrenkamp!

Er zijn 3 basisprincipes waar elke begeleider aandacht aan zou moeten besteden om een kamp onvergetelijk te maken!



PLEZIER



STEUN



RESPECT

Je bent als begeleider verantwoordelijk voor de begeleiding van een geslaagd kamp. Dit vergt toch wat energie! Je bent er eerst en vooral voor het plezier van de jongeren en niet enkel en alleen voor je eigen amusement! Zorg er zeker voor dat jouw plezier niet ten koste is van de deelnemers: ga je zelf niet buiten westen drinken, zorg voor voldoende rust zodat je de dag nadien fris en monter voor de groep kan staan, kortom: wees een aangename begeleider waar de jongeren naar kunnen opkijken en een voorbeeld aan nemen.

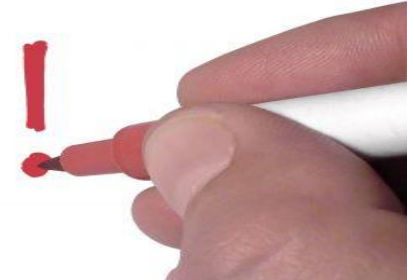
Jongeren proberen elkaar vaak te overtreffen met drinken en vinden het stoer en volwassen om de grenzen van de regels, maar ook de eigen grenzen te overschrijden. Hier kan je als begeleider op inspelen: wijs hen erop dat het net heel volwassen is om eigen keuzes te maken. Ondersteun hen ook bij het weerstaan aan sociale druk van anderen. Het is OK om eens 'neen' te zeggen!

Daarnaast is het als begeleider ook belangrijk ervoor te pleiten dat iedereen respect heeft voor de houding van de ander. Wanneer bijvoorbeeld iemand niet wenst te roken, moet dit ook gerespecteerd worden. Drinkwedstrijden, waaghalzerij, alcohol of pillen toevoegen aan iemands drankje wanneer die het niet ziet, zijn praktijken die veel risico's kunnen inhouden. Stel je dit soort zaken als begeleider vast, treedt dan ook onmiddellijk op.

Top tips

1. Wat met dronkenschap?!

Het is van belang om een jongere of begeleider aan te spreken wanneer deze in dronken toestand aan een activiteit wil deelnemen. Iemand die gedronken heeft, is op dat moment meestal niet voor rede vatbaar. Bedenk op voorhand een oplossing die je onmiddellijk kan toepassen, maar wacht een gesprek af tot wanneer de persoon in kwestie volledig nuchter is. Bespreek dan de gebeurtenis en de feiten die zich hebben voorgedaan om zo tot een eventuele sanctie te komen.



2. Maak werk van een medicatie fiche

In onze huidige maatschappij is misbruik van medicatie een opkomend fenomeen. Tegenwoordig is het ook niet meer zo moeilijk om aan allerlei middelen te geraken. Daarnaast leven we steeds meer in een gejaagde samenleving: presteren en zoveel mogelijk doelen bereiken wordt steeds belangrijker bevonden. Mensen gaan de stress, vermoeidheid of andere pijnen sneller willen bestrijden, zodat het hun functioneren niet belemmert. Voorbeelden van medicijnen die dan bijvoorbeeld al snel worden genomen: pijnstillers, slaap- en kalmeringsmiddelen, angstremmende middelen. Ook kinderen/jongeren nemen meer pijnstillers dan vroeger, er wordt niet altijd stilgestaan bij de negatieve effecten van zulke medicatie. Daarom is het belangrijk om ook op kamp goed op te lijsten welke medicatie elke jongere gebruikt en ook het gebruik van pijnstillers bij te houden. Zo kan je de jongere in kwestie ook bevragen en aanspreken wanneer hij/zij al voor de zoveelste keer komt vragen naar een pilletje.

3. Wees verantwoordelijk

Elke kampbegeleider heeft een functie van verantwoordelijkheid. Zo moet er verstandig opgetreden worden bij allerlei situaties: ongelukken, conflicten, ziekte,... Het kan al eens zijn dat er enkelen van de begeleidend team wat drinken, maar spreek dan ook duidelijk op voorhand af welke personen nuchter blijven en beslissingen nemen wanneer die genomen moeten worden. Bij noodgevallen moet er steeds iemand paraat staan!

4. Wat met bezit van illegale middelen?

Weet dat het bezit van cannabis of andere illegale middelen volgens de wet strafbaar is. Neem jij cannabis of andere illegale drugs van een kampdeelnemer in beslag, ben jij in bezit van het product en bijgevolg strafbaar. Je brengt de producten best binnen bij een instantie van de verslavingszorg, zoals bij ons als CAD bijvoorbeeld. Ofwel vernietig je het product, in bijzijn van een getuige, bijvoorbeeld diegene die het middel op zak had. Wil je daarentegen een duidelijk signaal geven aan de kampdeelnemers, kan je de beslissing nemen politie erbij te halen. Besef dan wel dat er een verklaring wordt afgenomen en er waarschijnlijk gevolg aan gegeven wordt. (Bron: *'Juridische handvatten voor het gebruik en misbruik van alcohol en andere drugs in het jeugdwerk'*. VAD, 2007)

5. Durf rookafspraken te maken!

Als kampbegeleider wil je niet dat er meer jongeren als roker naar huis terugkeren als dat er bij vertrek waren. Maak daarom ook duidelijke afspraken. Overleg eerst samen met het team van begeleiders over jullie visie ten opzichte van roken. Staan jullie toe dat er gerookt wordt, zorg dan ook voor afgebakende regels: wie mag roken, wanneer en waar? Hou rekening met de huidige wet: er mag nergens meer in publieke ruimte gerookt worden, de rokers zullen dus alvast buiten moeten roken.

6. Wat met gebruik van sterke drank?

Maak met het begeleidingsteam ook duidelijke afspraken rond het gebruik van sterke drank. Bespreek dan niet enkel en alleen OF er gedronken mag worden, indien jullie alcohol toestaan is het ook belangrijk om duidelijk te formuleren: *waar, wanneer, wie en welke hoeveelheid?* Stiekem drinken of op plaatsen waar dit niet toegestaan is, kan ook best niet getolereerd worden. Bedenk op voorhand een passende sanctie.

7. Ook leiders hebben grenzen nodig!

De afspraken die je maakt voor de kampdeelnemers, moeten ook voor jullie als begeleidingsteam van toepassing zijn (eventueel mits aanpassingen). Het zou een illusie zijn ervan uit te gaan dat niemand van de begeleiding al eens wat drinkt of rookt. Maak duidelijk wat al dan niet kan, wie er gecontacteerd wordt wanneer iemand van de begeleiding over de schreef zou gaan en welke sancties eraan verbonden worden.

8. Een sfeervol feestje zonder drank

Een geweldig feest hoeft niet per se gepaard te gaan met alcohol. Integendeel. Bij overmatig alcoholgebruik kan de sfeer al vrij snel omgebuigd worden en bestaat de kans dat je een avond vol spanningen, conflicten, risico gedragingen, etc. creëert. Indien alcohol wordt toegestaan, zorg er dan voor dat het binnen de perken blijft en reageer op grensoverschrijdend gedrag.

Slotwoord



Eerst en vooral een dikke pluim voor de kampbegeleiding!

Jullie hebben een belangrijke en onmisbare stap gezet. Door middel van deze gids dragen jullie zorg voor een gezond en onrechtstreeks ook voor een veiliger kamp.

De visie op alcohol en andere drugs werd besproken, er werden gedachten en ideeën uitgewisseld en er werden concrete afspraken op papier genoteerd. Dit maak het kampteam sterker, zorgt voor een stevige basis om efficiënter op te treden bij situaties van druggebruik of andere crisissituaties.

Het kamp kan van start gaan!

Gedurende het kamp kunnen er natuurlijk steeds regels in vraag gesteld worden door ofwel het team zelf ofwel de kampdeelnemers. Veeg bedenkingen niet meteen van tafel, sta open voor dialoog en durf gemaakte afspraken in team te bespreken indien ze een aanpassing zouden kunnen gebruiken.

Maak er een leuk & geslaagd kamp van!

Wenst u meer informatie omtrent alcohol/drugs?

www.cadlimburg.be

De CAD zijn provinciaal georganiseerde centra die ambulante ondersteuning en zorg bieden aan iedereen met hulp- of informatievragen over alcohol, medicatie, illegale drugs en gokken. Om onze dienstverlening zo kort mogelijk bij de mensen te brengen, beschikken we over een team van straathoekwerkers en een netwerk van plaatselijke kantoren, uitgestrekt over gans Limburg.

www.vad.be

VAD, de Vereniging voor Alcohol- en andere Drugproblemen vzw, overkoepelt het merendeel van de Vlaamse organisaties die werken rond de thematiek van alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie en gokken.

www.druglijn.be

De DrugLijn is sinds 1994 dé Vlaamse service waar je terecht kan met alle vragen over drank, drugs, pillen en gokken.

Deze gids is een vernieuwde versie van de VAD brochure 'Drugs: een ramp op kamp?' (1997), de update werd ontwikkeld door de CAD Limburg vzw – preventiedienst.

Meer informatie kan je bekomen via:

Centra voor Alcohol- en andere Drugproblemen vzw

Salvatorstraat 25, 3500 Hasselt

Tel: 011/27 42 98

Deze gids werd gefinancierd door Limburg Sterk Merk (LSM), een project van de Provincie Limburg, in samenwerking met de gedeputeerde van Welzijn & Gezondheid.

