

INFOBROCHURE

‘OP KAMP’

Update 2012



1 INHOUD:

1	INHOUD:	2
2	KAMPPLAATSEN	4
2.1	EEN KAMPLOCATIE ZOEKEN	4
3	ADMINISTRATIE	7
3.1	VOOR HET KAMP	7
3.2	TIJDENS HET KAMP	7
3.3	NA HET KAMP	9
4	REGELGEVING OP KAMP	10
4.1	ACTIVITEITEN IN HET BOS	10
4.2	ACTIVITEITEN IN DE NATUUR	13
4.3	KAMPEREN EN OVERNACHTEN IN DE NATUUR	14
4.4	NACHTSPELEN	14
4.5	OP TOCHT	14
4.6	VUUR MAKEN	15
4.7	HUDO'S EN GFT PUTTEN	17
4.8	KAMPKIPPEN	17
4.9	AFVAL SORTEREN	17
4.10	GELUID	17
5	KAMPREGELS	19
5.1	WAAROVER KAN JE SCHRIJVEN IN JE KAMPREGLEMENT	19
5.2	Een voorbeeld van een kampreglement	20
5.3	AFSPRAKEN	20
6	ACTIVITEITEN	22
6.1	INSPIRATIE?	22
6.2	SPELUITWERKING!	22
6.3	VARIATIE IS DE BOODSCHAP	25
7	LOGISTIEK	26
7.1	REGLEMENTERING	26
7.2	PERSONENVERVOER	26
7.3	VRACHTVERVOER	28
8	RAMPENKAMPEN & VERANWOORDELIJKHEDEN	30
8.1	KLEINE EN GROTE PROBLEMEN	30
8.2	NAAR DE HUISARTS	30
8.3	HULPDIENSTEN	30
8.4	ZEVEN STAPPEN VAN DE HULPVERLENING	31
8.5	BRAND	32
8.6	ONGEVALLEN VERMIJDEN	33
8.7	VERDWIJNINGEN UIT KAMPEN	34
8.8	AANSPRAKELIJKHEID	35
9	EHBO OP KAMP	36
9.1	EHBO EN MEDICATIE OP KAMP: WAT MAG EN NIET MAG	36
9.2	WAT MAG JE DAN WEL DOEN?	36
9.3	EEN GOEDE EHBO KOFFER	37
9.4	VORMING?	37
9.5	MEDISCHE FICHES EN EEN MEDISCH LOGBOEK	37
9.6	WIE WORDT DE EHBO VERANTWOORDELIJKE?	38
10	TYPISCHE KAMPONGEMAKJES	39
10.1	BEDPLASSEN OP KAMP	39
10.2	HEIMWEE OP KAMP	40
11	KAMPMENU	43
11.1	TAKEN VAN DE KOOKPLOEG	43

11.2	KOKEN VOOR MINDER GELD	43
11.3	MILIEUVRIENDELIJK KOKEN	44
11.4	VOEDSELVEILIGHEID	44
11.5	MENU	45

2 KAMPPLAATSEN

2.1 EEN KAMPLOCATIE ZOEKEN

2.1.1 Zoekcriteria

Stel voor je begint te zoeken een aantal criteria op samen met de leidingsploeg. Op die manier heb je een overzicht van waar je allemaal rekening mee moet houden wanneer je je zoektocht begint. Criteria die kunnen van belang zijn:

- Hoeveel slaapplekken hebben jullie nodig?
- Wil je een gebouw of niet?
- Wil je tentengrond? Hoe groot moet die dan zijn?
- Moet er sanitair voorzien worden?
- Moet er elektriciteit aanwezig zijn?
- Moet er een keuken aanwezig zijn?
- In welke periode moet het terrein beschikbaar zijn?
- Moet het terrein bereikbaar zijn met het openbaar vervoer?
- Moet het terrein rustig en afgelegen zijn?
- Welke prijs willen jullie maximum betalen?
- Welke buitenruimte moet er beschikbaar zijn?
- Wat moet er zeker aanwezig zijn in de omgeving?

...

2.1.2 Wanneer een kampplaats zoeken

Je legt best een jaar vooraf kampplaatsen vast. Voor zomerkampen, vooral in de periode tussen half juli en half augustus, raden we aan om nog vroeger te beginnen zoeken.

Het is doorgaans makkelijker een terrein voor een tentenkamp te vinden dan een gebouw. Er is immers meer keuze en de vraag is niet zo groot. Telt jouw groep honderd personen of meer? Willen jullie in een gebouw verblijven? Weet dan dat de keuze beperkt is. In jouw geval begin je best twee jaar vooraf met het zoeken naar een onderkomen voor jullie zomerkamp.

2.1.3 Databanken

Kamphuizen en jeugdverblijfplaatsen in België:

- www.kampeercentra.be: Het repertorium kampeercentra on line. De grootste en meest geraadpleegde databank met diverse krachtige zoekfunctie. Bevat meer dan 680 centra over geheel België.
- www.cjt.be: Meer dan 100 kamphuizen in Vlaanderen die aangesloten zijn bij het Centrum voor Jeugdtoerisme.
- www.vjh.be: Officiële jeugdherbergen in Vlaanderen en Brussel, aangesloten bij de Vlaamse Jeugdherbergcentrale. Links naar jeugdherbergen over de hele wereld.
- www.cbtj.be: Een twintigtal degelijk uitgeruste verblijfcentra in Wallonië aangesloten bij het CBTJ.

- www.vksm.be/veldwerk/lokalenboekje: Grote databank van jeugdlokalen van Scoutsgroepen die hun lokalen verhuren voor weekendjes en kampen.
- www.ksjmechelen.be/kampsterreinen/: Beperkte databank van kampeerterrinen voor groepen die in tenten willen organiseren.
- www.jeugdverblijven.be: Adressen van kampgebouwen in Vlaanderen.
- www.kampsterrein.be: Adressen van kampsterreinen in Vlaanderen en Wallonië.
- www.tabou.be: Adressen van kamplocaties in Wallonië.
- www.votrecamp.be: Adressen van kamplocaties in Wallonië.
- ...

2.1.4 HET PLAATSBEZOEK ORGANISEREN

Indien één of meer kampplaatsen je interesseren, moet je te weten komen of ze nog vrij zijn tijdens de periode van jouw kamp. Daarvoor neem je contact met de uitbater van de kampplaats of met de verantwoordelijke voor de reservering. Indien de kampplaats nog vrij is, kan je dadelijk een afspraak maken voor een plaatsbezoek. Houd de tijd tussen het contact en het plaatsbezoek best zo kort mogelijk.

De meeste groepen groeperen verschillende afspraken op één of twee dagen, om dan die kampplaatsen te gaan bekijken en te beoordelen. Op de interessantste plekken kan je een optie nemen indien de uitbater dat toestaat. Je hoeft dan niet onmiddellijk te beslissen.

Indien je op kampplaatsbezoek gaat tijdens de zomervakantie, krijg je de kampplaats vaak 'in gebruik' te zien. Daar kan je eens met de aanwezige groep praten. Kampplaatsen die ondertussen reeds door een andere groep werden gereserveerd, kan je al vastleggen voor een ander jaar.

2.1.5 BEOORDELINGSLIJST

In bijlage staat een voorbeeld van een beoordelingslijst. Die helpt jou kiezen welke kenmerken jij noodzakelijk, belangrijk of overbodig acht bij het selecteren van een kamphuis of een kampsterrein. Vul vooraf de lijst in. Ter plaatse kan je dan beoordelen of de kampplaats geschikt is.

2.1.6 EEN KAMPLOCATIE BOEKEN

Na een grondige terreinverkenning heb je nu voldoende informatie om de knoop door te hakken en een terrein vast te leggen

2.1.6.1 Een optie nemen

Kan je toch niet meteen beslissen? Vraag dan aan de eigenaar of het mogelijk is om voor een bepaalde tijd een optie te nemen. Wanneer de eigenaar jou een optie toestaat, moeten andere geïnteresseerde groepen wachten tot de optie vervalft.

2.1.6.2 een huurovereenkomst afsluiten

Als je een kamphuis of -terrein huurt zorg je best dat er enkele wederzijdse verbintenissen op papier staan. Meestal zorgt de eigenaar voor een contract.

Wanneer dit niet het geval is, kan je terecht op de website www.cjt.be/ondersteuning bij kampeerterreinen - overeenkomsten.

3 ADMINISTRATIE

Een kamp brengt een heleboel administratie met zich mee. Wat moet er allemaal in je administratieve map zitten? En hoe kan je die het best organiseren? De volgende drie deeltjes geven aan wat nodig en nuttig is op administratief vlak voor, tijdens en na het kamp.

3.1 VOOR HET KAMP

Voor de administratie die een kamp met zich meebrengt, leg je best een map aan. Verzamel alle administratie en informatie zoveel mogelijk op één plaats. Maak kopieën voor mensen met deelverantwoordelijkheden maar bewaar de originelen zelf.

Bezorg alle informatie vooraf aan alle ouders en deelnemers

- Naam en adres van de eindverantwoordelijke op kamp.
- Postadres van de kampplaats.
- Telefoonnummer op de kampplaats.
- Uur en plaats van vertrek en aankomst.
- Een bewijs van betaling van het deelnamegeld van het kamp.
- Een lijst met mee te nemen spullen.
- Een lijst met afspraken (over zakgeld, geneesmiddelen, roken, snoepen, zakmessen, computerspelletjes, ...).

3.2 TIJDENS HET KAMP

Hieronder geven we per aspect van de kamporganisatie aan welke de belangrijkste documenten zijn. Die moet je zeker bewaren in je map. Breng alle documenten mee naar het kamp. Voorzie 'groeiruimte' in je map, want tijdens het kamp zal je vele documenten moeten toevoegen. Denk maar aan facturen, ongevalaangiften, ...

3.2.1 Kampplaats

- Huurovereenkomst.
- Bewijs betaling van de huurprijs.
- Kopie huishoudelijk reglement.
- Kopie gemeentelijk politiereglement (eventueel).

3.2.2 Materiaal

Zeer belangrijk wanneer je materiaal huurt en leent:

- Aanvraag- en toezeggingsformulier voor kampeermateriaal.
- Aanvraag- en toezeggingsformulier voor sport-, spel-, audiovisueel en EHBO-materiaal.
- Bewijzen van betaling van voorschot, waarborg, saldo aan de uitleendienst.

3.2.3 Financiën

- Begroting en budget.
- Rekening en facturen.

- Subsidieformulieren van de gemeente.

3.2.4 Drinkwater

- Attest drinkwater, afgeleverd door een erkend ontleencentrum of door de provinciale gezondheidsinspectie.

3.2.5 Bos

- Machtiging voor de toegang tot het bos.
- Kaart met de toegankelijke bossen en/of speelzones in bossen.

3.2.6 Vervoer

- Reservering voor openbaar vervoer en bewijs van voorschot en betaling.
- Formulier voor vervoer van kampeermateriaal via de gemeente.
- Contract vervoersfirma en bewijs van voorschot en betaling.
- Contract busmaatschappij en bewijs van voorschot en betaling.

3.2.7 Verzekering

- Verzekeringspolis.
- Formulier voor aangifte van schadegevallen.

Eventueel bijkomende polissen voor:

- Verzekering brand kamphuis.
- Verzekering stormschade aan opgestelde tenten.
- Verzekering geleend of gehuurd materiaal.
- Verzekering 'gevaarlijke' activiteiten.
- Verzekering aanhangwagen.

8

3.2.8 Deelnemers

- Inschrijvingslijst met naam, adres en geboortedatum van de deelnemers.
- Lijst van naam, adres en telefoonnummer waar de ouders van de deelnemers bereikbaar zijn tijdens het kamp.
- Medische steekkaarten van alle deelnemers en begeleiding.
- SIS-kaarten van alle deelnemers.

3.2.9 Verblijfgemeente

Hier zijn de gemeentelijke reglement van groot belang. Je stapt best naar het gemeentehuis, naar de gemeentelijke jeugddienst of via de gemeentelijke website van je verblijfplaats. Zij kunnen je inlichten over:

- Politierglement of vorderingen op jeugdkampen of kampplaatsen.
- Contactpersoon van jeugdkampen.
- Aanbod van jeugddienst, sportdienst, ...
- Reglementering en dienstregeling i.v.m. huisvuilinzameling.
- Toelating van (kamp)vuren.
- Toelating van avond en nacht activiteiten.
- Adres van de boswachter.

- Toeristische en recreatieve mogelijkheden in de streek.
- Mogelijkheden voor watervoorziening voor bepaalde tentenkampen waar geen water beschikbaar is.
- Mogelijkheden om te zwemmen in de natuur.
- ...

3.2.10 Andere documenten

- Kampprogramma.
- Verpleeglogboek.
- Materiaallijsten.
- Telefoonnummers van apotheek, dokter, politie, hulpdiensten, boswachter, gemeente, ...
- Lijst contactpersonen.
- Eventuele contracten of afspraken met leveranciers.

3.3 NA HET KAMP

Ook na het kamp is het nuttig om alle briefwisseling, contracten, attesten, vergunningen enz. zorgvuldig en centraal te archiveren. Houd alle namen, adressen en telefoonnummers van diensten en contactpersonen bij. Die gegevens kunnen belangrijk zijn bij eventuele onduidelijkheden of conflicten nadien.

Bijhouden van het archief:

- Contracten.
- Betaalbewijzen.
- Attesten.
- Vergunningen.
- Briefwisseling.
- Rekeningen en facturen
- Subsidieformulieren.
- Verzekeringsdocumenten
- Reserveringsbewijzen.
- Aanvraag- en toezeggingsformulieren voor materiaal.
- Namen en adressen van contactpersonen.

Een kamp levert ook punten op voor de werkingstoelage. Aan het einde van het werkjaar ontvang je een invuldocument van de jeugddienst. Daarop moet je de volgende zaken invullen:

- Aantal personen (begeleiding en kookploeg inclusief).
- Aantal nachten per persoon.
- Kampadres.
- Kampdata.
- Naam en leeftijd van elke deelnemer.

4 REGELGEVING OP KAMP

4.1 ACTIVITEITEN IN HET BOS

4.1.1 Regelgeving in Vlaanderen

Wil je vrij spelen in Vlaamse bossen, dan mag dat in de aangeduide speelzones. Je kan vooraf kijken op www.routeyou.com/page/view/579/bouwen-aan-groen-speelweefsel.nl

of er speelzones in de buurt van je kampplaats liggen. Op deze kaart kan je meteen ook tochten uitstippelen en je vindt er – voor enkele gemeenten die al met dit systeem werken – ook de toegankelijke speel- en sportplekken, jeugdlokalen, kampplaatsen en nog veel meer. Zijn er geen speelzones in de buurt, dan moet je toestemming hebben van de eigenaar van het bos.

Alle info over wetgeving en regels voor activiteiten in het bos (in België) lees je in de brochure

http://www.opkamp.be/uploads/documents/De_Boom_In_SPJ_2009.pdf

De algemene regel luidt: “ alle bossen zijn op de boswegen toegankelijk voor voetgangers, tenzij het uitdrukkelijk wordt verboden.”

Het bosdecreet en zijn uitvoeringbesluiten maken onderscheidt tussen de volgende bosgebruikers:

10

Te voet

Elk bos is toegankelijk voor voetgangers, op voorwaarde dat ze op de boswegen blijven. Rolstoelgebruikers en fietsers jonger dan 9 jaar worden ook als voetganger beschouwd.

Zijn er in het speelzones, dan mag je de boswegen verlaten om activiteiten op de speelzones te houden. Wanneer er activiteiten willen gehouden worden buiten de speelzones dan moet je een aanvraag indienen bij Bos & Groen of bij de eigenaar van het bos.

Met fietsen en mountainbike

Vele bossen hebben een toegankelijkheidsreglement een meestal geeft dat fietspaden aan. Soms zijn er ook mountainbikeroutes uitgestippeld. Fietsen kan enkel op de aangeduide mountainbike- en fietspaden.

Met gemotoriseerde voertuigen

Elke vorm van gemotoriseerd verkeer op boswegen is verboden. Je moet je auto of bromfiets dus parkeren buiten het bos of op de daartoe voorziene plaats.

Hieronder vind je een opsomming van verbodsbepalingen die van toepassing zijn op het jeugdwerk:

Zonder toestemming van Bos & Groen is in alle bossen verboden:

- In de bossen en binnen een afstand van 100m van de bossen vuur te maken

Zonder toestemming van Bos & Groen is het in openbare bossen verboden:

- Planten en onderdelen van planten te verwijderen en te vernietigen.
- Dieren en hun jongen, eieren, nesten en schuilplaatsen te verstoren.
- Dieren en planten te introduceren.
- Opgravingen te verrichten.
- Het landschap, de bodem en het reliëf, het lopen of de bewegingsrichting van water te wijzigen.

Zonder toestemming van de eigenaar én Bos & Groen is het in openbare bossen / privé bossen verboden:

- Het strooisel en het dode hout te verwijderen.
- Bomen, planten en delen ervan te beschadigen en te verwijderen.
- Alles wat tot de uitrusting behoort te vernielen, te beschadigen en te verplaatsen.
- Tenten en constructies te zetten.
- Reclame te maken.
- De rust in het bos en van de bezoekers te verstoren.
- Vuilnis en afval achter te laten.

4.1.2 regelgeving in Wallonië

Ga je op kamp naar Wallonië en ben je van plan daar activiteiten in de bossen te organiseren? Vergeet dan niet om tijdig het aanvraagformulier in te vullen voor toestemming van het Waals Bosbeheer. Stuur het ingevulde formulier voor 1 mei naar de chef van het 'cantonnement' waar je op kamp gaat. Dit kan per mail of per post. Men vraagt wel als bijlage een selectie of scan van de stafkaart met aanduiding van de kampplaats en de eventuele voorkeurbos(sen) waar je wil spelen.

11

Alle info op www.opkamp.be/pagina/water-en-bos en via katrijn.gijsel@steunpuntjeugd.be.

Het bosdecreet maakt een onderscheid tussen volgende bosgebruikers:

te voet, met de fiets, te paard, skiënd en met gemotoriseerde voertuigen

Iedere gebruiker mag zich in een openbaar bos verplaatsen langs de wegen die het decreet hem toelaat te betreden. Voetgangers mogen de paden verlaten indien ze een machtiging hebben van de houtvester (chef de cantonnement) hebben. Jeugdbewegingen op kamp kunnen deze maatregel gebruiken om in het bos te spelen. Is het bos waar je in wil eigendom van een gemeente of provincie? Pols dan eerst bij de boswachter of men een afzonderlijk toegankelijkheidsreglement hanteert? Betreft heen een privé bos? Doe dan navraag bij de eigenaar.

Te allen tijden kan het Waalse gewest de toegang tot een domeinbos verbieden, bijvoorbeeld vanwege brandgevaar of om de rust te vrijwaren tijdens de broed- of werptijd van dieren.

Indien de eigenaar van een privé bos geen toegankelijkheidsreglement heeft opgesteld, moet je voor elke activiteit op het privé terrein de toestemming hebben van de eigenaar.

Voor jeugdkampen

Het Waals Gewest biedt jeugdverenigingen de kans om tijdens hun kamp vrij te spelen in bepaalde delen van openbare bossen. Daartoe heeft het een

overeenkomst afgesloten met de meeste landelijke jeugdorganisaties. Die omvat een procedure om een machtiging te verkrijgen. Ga na of je landelijke secretariaat zo'n overeenkomst heeft afgesloten.

Heeft je landelijk secretariaat geen overeenkomst afgesloten of heb je geen landelijk secretariaat? Verstuur dan een brief met alle activiteiten die je wil ondernemen in het bos en stuur deze naar de houtvester.

Ga je op kamp naar Wallonië, dan loop je misschien wel een 'Monsieur ou Madame Camp' tegen het lijf. Deze personen (meestal jobstudenten) worden in bepaalde Waalse gemeenten aangesteld om de communicatie tussen de gemeente en het kamperende jeugdwerk te verzorgen. Hij of zij kan zowel informatie opvragen (duur verblijf, aantal deelnemers, contactgegevens,...) bij de kamperende organisatie als informatie aanleveren (dokter van wacht, afvalregeling,...). Ook op het einde van het kamp komt hij of zij wellicht nog eens langs om te vragen hoe het kamp geweest is. Ze zijn herkenbaar aan T-shirt en petje met het Well'Camp logo.

Op www.opkamp.be/pagina/monsieur-ou-madame-camp vind je vanaf mei een lijstje van de gemeenten die komende zomer een Monsieur of Madame Camp op pad zullen sturen.

4.1.3 regelgeving in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest

In tegenstelling tot de Vlaamse en de Waalse regelgeving is het in het Brussel Hoofdstedelijk Gewest niet verboden om de boswegen en paden te verlaten, tenzij dat er een bordje staat die dit uitdrukkelijk verbiedt.

12

Te voet

Je mag overal in de bossen wandelen behalve:

- Buiten de paden in de natuur- en bosreservaten.
- Buiten de paden van beschermingszones.
- Op ruiterpaden en fietsroutes

Met fiets en mountainbike

Je mag uitsluitend fietsen op:

- Op feitspaden.
- Op de wegen die met fietsborden zijn aangeduid.

Het is altijd verboden om geluidsapparatuur mee te nemen, vuur te maken en tenten op te zetten. Een uitzondering hierop is dat er tenten mogen opgezet worden in het Zoniënwoud mits toestemming van het Brussels Instituut voor Milieubeheer.

4.1.4 regelgeving in de Duitstalige gemeenschap

De bossen in de Duitstalige Gemeenschap vallen onder de wetgeving van het Waals Gewest. Maar een groot deel van de Oostkantons is internationaal beschermd natuurgebied. Daar is de regelgeving strenger. Vraag de brochure 'Jeugdkampen in de Oostkantons' aan bij de Dienst voor Toerisme van de Oostkantons.

4.2 ACTIVITEITEN IN DE NATUUR

4.2.1 natuurreservaten

In natuurreservaten is het verboden, tenzij opheffing in het goedgekeurde beheersplan:

- Individuele en groepssporten te beoefenen.
- Gemotoriseerde voertuigen achter te laten of te gebruiken.
- Tenten en andere constructie te plaatsen, zelfs tijdelijk.
- De rust te verstoren.
- Reclame te maken en aanplakbrieven te hangen.
- De dieren opzettelijk te verstoren, te doden of te vangen.
- Eieren rapen of te vernielen.
- Nesten, voortplantingsplaatsen, rustplekken en schuilplaatsen te vernielen of te beschadigen.
- Planten te plukken, te verzamelen, af te snijden, te ontwortelen, te vernielen of te beschadigen.
- Opgravingen en andere grondwerkzaamheden te verrichten die de aard van de grond of het uitzicht van het terrein wijzigen.
- Vuur te maken.
- Afval te storten.
- Het waterpeil te wijzigen.
- Het terrein op lage hoogte te overvliegen of er te landen.

Tip: Regelgeving voor Onmisbare en onvergetelijke musts voor avontuurlijke jeugdgroepen kan je overzichtelijk terugvinden in de brochure 'De Boom in! Deze is gratis te downloaden op www.steunpuntjeugd.be/uploads/documents/De_Boom_In_SPJ_2009.pdf.

13

4.2.2 beschermde dieren, planten, waters, duinen en landschappen

4.2.2.1 planten en dieren:

Laat planten, dieren en hun schuilplaatsen met rust! Het is verboden ze te doden of schade te berokkenen.

4.2.2.2 Waters:

- Oppervlaktewater: Het is verboden voorwerpen of stoffen in de oppervlaktewateren te deponeren en verontreinigende vloeistoffen te lozen in de oppervlaktewateren of er gassen in te brengen.
- Waterwingebieden en beschermingszones: het is verboden er op minder dan 100 meter van te kamperen.
- Privé waters: verbod op vervuiling van vaarten, visvijvers, beken en riviertjes waardoor de vissen kunnen ziek worden of sterven.

4.2.2.3 Duinen en beschermde landschappen:

In beiden is het verboden om te kamperen

4.3 KAMPEREN EN OVERNACHTEN IN DE NATUUR

Kamperen op tocht kan afhankelijk van het gemeentelijk politiereglement en aan het decreet op de ruimtelijke ordening.

Bovendien verbieden het Natuurdecreet en het Bosdecreet het kamperen in natuurreservaten en bossen. In bossen kan je uitzonderlijk toestemming krijgen van de afdeling Bos & Groen.

Er bestaan nog meer wetten en decreten die bijkomende beperkingen opleggen als je wilt kamperen. Je vindt ze hier samengevat:

- Vrij kamperen is verboden in België.
- Je mag niet kamperen op de openbare weg.
- Je mag niet kamperen op zeeoeveren of op het strand
- Je mag niet kamperen binnen een straal van 100 meter van plaatsen waar water voor menselijk gebruik wordt gewonnen.
- Je mag niet kamperen in een beschermd landschap.

Indien je op tocht trekt buiten onze landgrenzen, gelden natuurlijk de wetten en regels van het land waar je wilt kamperen.

4.4 NACHTSPELEN

Organiseer je je nachtspel in een bos? Breng dan best de boswachter op de hoogte. Elk bos is 's nachts toegankelijk, maar dan alleen op de wettelijk toegankelijke plaatsen. Een toegankelijkheidsreglement kan nachtelijke bostoeegang verbieden. Houd rekening met de jachtperiodes en de bronsttijd van het edelhert.

In een aantal gemeentes zijn nachtelijke activiteiten gereguleerd. Informeer je daarom op het gemeentehuis.

4.5 OP TOCHT

4.5.1 op de openbare weg

Probeer zoveel mogelijk te vermijden dat je met je groep je op de rijbaan moet begeven. Kies dus bewust voor het voetpad, of gebruik de berm. Het voetpad is immers voorbehouden voor voetgangers. Een alternatief is het gebruik van een fietspad of een parkeerstrook. Hou er dan wel rekening mee dat je voorrang moet geven aan fiets of auto.

Is het onmogelijk om wegen te voorzien waar je veilig naast de rijbaan kan stappen, zoek dan zoveel mogelijk de minder drukke wegen op. Als groep voetgangers (5 + een begeleider) kan je zowel links als rechts van de rijbaan lopen. Rechts mag je naast elkaar lopen, links moet je achter elkaar op één rij stappen. De tweede optie is uiteraard de veiligste.

Als je in het donker de rijbaan volgt, of wanneer de zichtbaarheid onvoldoende is (minder dan 200 meter), moet je groep verlicht zijn (reflecterend materiaal is aan te raden). Vooraan met een wit of geel licht, en achteraan een rood.

Wanneer je links op de rijbaan stapt hoort rechts vooraan een rood licht en rechts achteraan een wit of geel licht. Dit is zo omdat je tegen de rijrichting instapt. Er zijn gratis fluohesjes te ontlenen bij Jeugdcentrum Jotie.

Neem je tijd bij het oversteken van een rijbaan en verzamel altijd eerst je groep. Idealiter kan je gebruik maken van een zebrapad al dan niet met verkeerslichten. Is er geen oversteekplaats voor voetgangers voorzien, dan steek je de rijbaan over op een plaats waar je duidelijk gezien kan worden door het aankomende verkeer. Ga met de begeleiding tussen het verkeer en je leden staan, zo zorg je ervoor dat je zelf een goed zicht hebt en kan je aanwijzingen geven aan je groep. Vertrekken tussen geparkeerde auto's, in bochten of op hellingen ... is sterk af te raden.

4.5.2 op privé eigendom

Je mag geen afsluitingen van een veld of weide openen om je doorgang te verschaffen. Je mag evenmin zonder wettige redenen een besloten erf betreden waar zich vee bevindt. Je mag geen vruchten plukken die toebehoren aan een ander. Het is verboden zonder toelating te lopen over andermans grond die bezaaid is of over grond die is bezet met graan of andere voortbrengsels die rijp of bijna rijp zijn.

4.5.3 bossen

Het bosdecreet regelt de toegankelijkheid van zowel openbare als privé bossen.

4.6 VUUR MAKEN

Het Belgisch veldwetboek laat geen vuur toe binnen een afstand van 100 meter van huizen, bossen, heide, boomgaarden, hagen, graan, stro en mijten, ook al bevindt het vuur zich in een tuin. In woonzones kan men gewoon niets verbranden. Kortom in de praktijk zijn er heel weinig plaatsen waar je aan al die voorwaarden kan voldoen.

De Vlaamse wetgeving bevat echter een paar uitzonderingen. Een daarvan betreft het houden van een kampvuur met onbehandeld hout voor sociaal-culturele activiteiten. Voor een kampvuur kan je wel een uitzondering krijgen, maar dan moet je minstens 35 dagen voor je kamp een machtiging aanvragen bij het Agentschap voor Natuur en Bos. Dit kan online op www.steunpuntjeugd.be/bosennatuur. Op kamp bel je nog eens met de lokale boswachter, die vertelt je of er op dat moment geen te groot risico op bosbranden bestaat (tijdens te lange droogteperiodes is het maken van vuur immers voor iedereen verboden).

Vraag ook bij je kampgemeente vooraf na of hier een reglementering voor is (politie, brandweer) en maak goede afspraken met je kampuitbater.

In heel België is het verboden vuur te maken in de bossen en binnen een straal van 100 meter rond de bossen. Sommige bosbeheersplannen nemen een vast kampvuurkring op aan de rand van het bos.

Ook in de natuurreservaten mag je geen vuur gemaakt worden.

Om een kampvuur op een veilige manier te organiseren, hou je best rekening met onderstaande basisregels:

4.6.1 Basisregels:

- Maak je houtstapel niet hoger dan 2 meter en beperk de diameter van het vuur tot maximaal 1,5 meter.
- Leg je stapel brandhout op een veilige afstand van het kampvuur.
- Als de ondergrond nat of modderig is, leg je het best eerst een laag keien. Let op: keien die lang in het water hebben gelegen, kunnen door de hitte uiteenspatten wanneer het opgezogen water opwarmt tot stoom. Gebruik dus droge keien.
- Als de ondergrond droog is, verwijder je bladeren, dorre twijgen, dennenappels en droog gras. Op een grasveld maak je een kampvuurplek door enkele graszoden uit te steken en aan de kant te leggen (ver genoeg zodat het vuur ze niet uitdroogt). Naderhand leg je de zoden weer op hun plaats.
- Als je vuur wilt maken op heidegrond, doe je dat het best op de zandplaat onder de bovenlaag. Steek daarvoor de heideplaggen uit.
- Boord het vuur af met (droge) stenen of met een greppel.

4.6.2 Vuur maak je zeker niet:

- In een droge weide.
- Onder een boom.
- Wanneer er 'windafwaarts' een bos, heideveld, hooiberg of tent is.
- Bij een houtstapel.
- Op humusrijke gronden (het vuur kan ondergronds beginnen smeulen, uitbreiden en een eind verderop weer opflakkeren).
- In de buurt van ontvlambaar materiaal.

4.6.3 Vuur maak je in de natuur het best:

- Op een bestaande vuurplaats (meest aangewezen).
- In een droge bedding van een beek.
- Op een beschutte plaats tussen de rotsen.
- Op een kale zandplaats tussen begroeid landschap.

4.6.4 Wanneer geen vuur maken?

- Bij felle wind.
- Tijdens droge periodes, bijvoorbeeld bij een hittegolf. Let op: ook de vroege lente (wanneer de bomen nog niet zijn gebot) is een gevaarlijke periode voor bosbrand.

4.6.5 Neem voorzorgen:

- Hou enkele emmers (rivier)water (of zand) bij de hand;
- Zorg voor brandblusapparaten;
- Blijf bij het vuur (verzamel daarom vooraf voldoende hout);
- Laat kinderen nooit alleen bij het vuur;
- Hou voldoende afstand van het vuur;
- Ga niet 'wind mee' zitten.

Op de website van steunpunt jeugd staan alle beschikbare gegevens rond kampvuren gebundeld in een dossier, download dit op:
<http://www.opkamp.be/pagina/een-kampvuur-maken>

4.7 HUDO'S EN GFT PUTTEN

In Vlaanderen komen hudo's en GFT-putten niet voor in de wetten. Toch zijn GFT-putten verboden, omdat het afvalstoffendecreet het gebruik ervan beschouwt als sluikstorten. Hudo's mogen daarentegen wel.

In de Oostkantons mag je geen hudo's noch GFT-putten graven. Je bent er verplicht mobiele toiletcabines mee te nemen en het GFT-afval in de daartoe bestemde zakken te steken of het bij een boer op de composthoop te gooien.

In de rest van Wallonië mag je wel hudo's en GFT-putten graven op je kampeerterrein. Toch raden we GFT-putten af, omdat ze het milieu er belasten.

4.8 KAMPKIPPEN

In plaats van je etensresten te laten composteren, kun je ook overwegen om enkele kippen mee te nemen op kamp. Kippen zijn prima verwerkers van etensresten, groen- en tuinafval. Zorg er dan wel voor dat de kippen voldoende plek hebben om rustig rond te scharrelen en dat ze niet achternagezeten worden door enthousiaste kinderen. Ook bij het transport is het van belang om te zorgen dat ze op een diervriendelijke manier getransporteerd worden.

Opgepast: kampkippen eten niet alles! Groente- en tuinafval is oké, net als (in mindere mate) gekookte deegwaren, aardappelschillen, brood en rijst. Beschimmeld brood of fruit geef je beter niet aan je kampkippen, net als groene aardappelen, prei, uischillen en rotte vruchten.

4.9 AFVAL SORTEREN

Ook op kamp sorteer je het afval zo goed mogelijk. Informeer vooraf bij de kampuitbater of desnoods bij de gemeentelijke milieudienst hoe het precies zit met de afvalophaling. Waar koop je de juiste vuilniszakken aan? Op welke dag moet je welke vuilzak op straat zetten? Of wordt er met afvalcontainers gewerkt? Moet je zelf naar het containerpark, en waar is het dichtstbijzijnde? In de 44 gemeenten van de provincie Luxemburg gelden doorgedreven sorteeregels en moet je het afval zelf wegbrengen naar het containerpark. Plastic flessen moeten bijvoorbeeld nog per kleur gesorteerd worden. De plaatselijke intercommunale verspreidt posters als 'sorteerwijzer'.

4.10 GELUID

In het politiereglement van de gemeente kan je nagaan wanneer geluidsoverlast strafbaar is en of het geluid van spelende kinderen daar ook onder valt. Hou in ieder geval rekening met de bureu.

Hier vind je enkele tips om het de overlast te beperken:

- Zodra je lawaai maakt, kan je de rust van iemand verstoren en ben je strafbaar. Vraag daarom aan de gemeente waar je op weekend of op kamp bent de toestemming voor activiteiten die met veel lawaai gepaard gaan, zeker als ze tussen 22u en 7u plaatsvinden.
- Onderhoud een goed contact met de bureu en met de uitbater en maak indien nodig concrete afspraken.
- Bij elektronische muziek kunnen de lage tonen erg ver dragen. Enkele tips om overlast te beperken:
 - Voorzie voldoende luidsprekers: als je meer luidsprekers plaatst, is er minder energie nodig per luidspreker en dan dragen de geluidsgolven minder ver.
 - Vermijd zeer lage bastonen (onder 130 hertz).
 - Zet de luidsprekers niet in de richting van bossen, natuurgebieden en omwonenden.
 - Houd de muziek zoveel mogelijk binnenskamers.

5 KAMPREGELS

Voor je op kamp gaat is het aan te raden een kampreglement op te stellen. Door het opstellen van dergelijk reglement kan er over de zaken die opgenomen zijn in het reglement al geen discussie meer zijn.

Hou bij het opstellen van het reglement rekening met het huishoudelijk reglement van de kampplaats.

Hieronder volgt een opsomming van wat er allemaal in de kampregels kan staan. Deze opsomming is zeker niet volledig maar geeft wel een beeld van wat er kan instaan. Weet je niet of alles wat er moet instaan erin staat? Kijk dan eens naar kampreglementen van andere verenigingen. Dit kan ook inspiratie opleveren om een zo volledig mogelijk kampreglement op te stellen.

5.1 WAAROVER KAN JE SCHRIJVEN IN JE KAMPREGLEMENT

- Roken
- Alcohol
- Drugs
- Kamerverdeling
- Verlaten van het terrein
- Verdeling van de taken
- Materiaal
- De afspraken van de kampplaats
- Slaaptijd
- Maaltijden
- Verzamelmomenten
- Zakgeld
- Elektronische toestellen (GSM, I-Pod, ...)
- ...

5.2 Een voorbeeld van een kampreglement

5.2.1 Huishoudelijk reglement

Dit zijn de regels die gelden binnen, voor deelnemers en vrijwilligers / leiding. Dit zijn dus punten waar geen discussie over kan zijn. Is er ergens geen regel over, dan wordt het een afspraak op je kamp. Dus dan maak je hierover bij de start van je kamp afspraken.

5.2.2 Roken

Roken wordt toegelaten vanaf de leeftijd van 16 jaar.
Tijdens de activiteiten wordt er niet gerookt. Dit kan enkel tijdens de pauzes en op de afgesproken plaats.
Begeleiders roken niet in nabijheid van deelnemers.
Het is verboden te roken in jeugdlokalen (geldt ook voor kamphuis, leiderskot, tent, ...)

5.2.3 Alcohol

Jongeren vanaf 16 jaar kunnen beperkt gebruik maken van niet sterk alcoholische drank.
Geen alcohol tijdens de activiteiten.
Geen alcoholische dranken op de kamer.

5.2.4 Drugs

Het gebruik of bezit van drugs is ten strengste verboden.
Wie betrapt wordt op het bezit / gebruik van drugs wordt onherroepelijk naar huis gestuurd op eigen kosten.
De ouders worden verwittigd.

5.2.5 Kamerverdeling deelnemers

Jongens slapen op jongenskamers en meisjes op meisjeskamers, tenzij dit praktisch niet haalbaar is.

5.2.6 Terrein verlaten

Het terrein mag niet verlaten worden, tenzij voor een activiteit of onder begeleiding van de verantwoordelijke van de activiteit.
De leiding verlaat het terrein niet, tenzij in het kader van de activiteiten.

5.3 AFSPRAKEN

Om alles wat we doen binnen op een toffe manier te laten verlopen is het belangrijk dat er afspraken gemaakt worden. Deze afspraken worden dus per kamp of activiteit gemaakt en kunnen dus per kamp of activiteit ook verschillen van elkaar. Als leidraad en geheugensteun vind je hieronder een lijst met punten waarover je aan de start van en tijdens jouw kamp afspraken kan maken.

5.3.1 Verdeling taken

Extra verantwoordelijkheden groepsleiding? (bar, orde, refter,...), materiaal- en kamerorde, orde van de lokale, ...

5.3.2 **Materiaal**

Hoe wordt het materiaal ingericht?
Wie mag gebruik maken van welk materiaal?

5.3.3 **Barsysteem**

Regeling betaling drank leiding
Verantwoordelijkheden drankvoorziening animatoren ('s avonds)

5.3.4 **De afspraken van het vakantiecentrum waar je verblijft**

5.3.5 **Vergaderingen:?**

Wie? Wanneer? Overleg kookploeg inbouwen?

5.3.6 **Uren voor het slapengaan van deelnemers**

5.3.7 **Maaltijden**

Uren maaltijden vastleggen?
Nood aan 5^{de} maaltijd voor leiding?

5.3.8 **Vrije momenten voor de leiding**

5.3.9 **Mogelijkheid tot speciale momenten voor deelnemers en leiding**

Speciale maaltijd voorzien? Gezamenlijke BBQ en/of picknick?

5.3.10 **Verzamelmomenten: voor het eten**

Worden er acts voorbereid? Wie, wat en wanneer?

5.3.11 **Zaken meegebracht door deelnemers**

Snoepgoed, zakgeld en/of multimedia (GSM, mobiele spelconsole,...)
Wordt dit apart bewaard? Door wie?

5.3.12 **Zijn er activiteiten waarbij zakgeld kan gebruikt worden? GSM-gebruik:**

Deelnemers? Leiding?

5.3.13 **Post**

Wanneer en hoe verdelen?
Uitgaande post?

6 ACTIVITEITEN

Als je zelf terugblijkt op je eigen kampen, zijn het meestal de 'speciale activiteiten' die je bijblijven. Dit is op zich al een goede reden om voor je kamp zelf nieuwe activiteiten te bedenken. Wees creatief! "Dat is allemaal gemakkelijk gezegd, maar ik ben wel niet zo creatief hoor. Ik kan dat niet, nieuwe activiteiten uitvinden"

Niet kunnen, dat staat niet in ons woordenboek! Hieronder vind je alvast 1 methodiek om met je ploeg op korte termijn een aantal gloednieuwe activiteiten te bedenken. Trek maar alle registers open en vlieg erin. Je zult merken dat er ontelbaar veel mogelijkheden zijn!

6.1 INSPIRATIE?

Maak kaartjes met de volgende zaken op:

- 10-Thema's: (bv muziek, oorlog, uitgaan, film, drugs, liefde en seksualiteit, iets uit de actualiteit...). Probeer aan 10 thema's te komen.. Denk aan die dingen waar je leden veel mee bezig zijn. Als je lid per lid overloopt, heb je zeker al heel wat thema's.
- 10 Soorten activiteiten: (quiz, loopspel, knutselen, dorpsspel, bosspel, groepsvorming, ravotten, opdrachten in groepjes, ...) Wees creatief of denk eens aan de activiteitsoorten die je vroeger zelf al deed.
- 20 voorwerpen: (multimedia, kegels, ballen, papier...): minstens 10 voorwerpen die je in je lokaal terug vindt. Probeer daarnaast nog eens 10 voorwerpen te vinden die je niet in het lokaal terugvindt. Dan heb je dus 20 kaartjes met telkens 1 voorwerp op.
- 5 Plaatsen: (lokaal, plaatselijke parochiezaal, bos, ...). Maak kaartjes met de locaties die voor jouw afdeling van toepassing zijn.

Leg deze kaarten per stapel (schuddenen trek dan willekeurig kaartjes: Ieder trekt 1 themakaartje, 1 of 2 soort—activiteitkaartjes, 3 voorwerpkaartjes en 1 of 2 plaatskaartjes. Wie maakt de volgende activiteit? Een loopspel rond milieu in de plaatselijke parochiezaal met ballen? Wie durft?

Durf gerust verschillende soorten activiteiten combineren met verschillende werkvormen, dit kan altijd voor een originele en grappige insteek zorgen!

6.2 SPELUITWERKING!

DITMUSA is een theoretisch model waarvan elke letter staat voor de beginletter van je uit te werken spelelementen. Die elementen zijn: Doel, Inkleding, Terrein, Materiaal, Uitleg, Spelregels en Aangepast. Als ze alle 7 aanwezig zijn zorgen ze dat je spel (technisch) goed ineens zit! Of je activiteit dan ook schitterend zal verlopen is nog een andere zaak, maar het is alvast een goed begin!

6.2.1 Doel

Je kan de doelstellingen van je activiteit gaan opsplitsen tussen 'opdrachtdoelstellingen' en 'achtergronddoelstellingen'.

- *Opdrachtdoelstellingen* zijn doelstellingen die je meegeeft met de leden. Ze staan nauw in verband met het spel.
- *Achtergronddoelstellingen* zitten in het hoofd van de begeleiders. Wat willen we bereiken met het spel of de activiteit.

Voorbeeld:

Opdrachtdoelstellingen

Zorg dat gans de groep zo snel mogelijk aan de overkant geraakt met het aantal stoelen dat je gekregen hebt zonder dat iemand de grond raakt.

Achtergronddoelstellingen

- *Ik wil dat de verschillende ploegen leren samenwerken;*
 - *Ik wil zien wie de leiding neemt;*
- *Ik wil de deelnemers stimuleren tot creatief nadenken.*

De doelstellingen moeten ook 'buiten bereik' en 'binnen beleving' zijn

Een goede activiteitdoelstelling is er één die net buiten het bereik van de spelers ligt. De deelnemers mogen niet het gevoel hebben dat ze de doelstellingen eens rap zullen waarmaken. Ze moeten het als een uitdaging zien, ze moeten goesting hebben om er aan te beginnen.

'Binnen beleving' wil dan weer zeggen dat de spelers het geloof moeten behouden dat ze de doelstelling kunnen bereiken. De spelers moeten aanvoelen dat het haalbaar is.

6.2.2 Inkleiding

Bij inkleiding kun je aan tal van zaken gaan denken zoals vb. attributen, verkleedkleden, een versierd lokaal, een activiteit die tot in de puntjes is uitgedacht... Jezelf verkleden, je inleven in je rol, de activiteit inkleden met een verhaal of een anekdote. Het zijn stuk voor stuk sleutels tot een succesvolle activiteit.

6.2.3 Terrein

Ga na welk terrein je ter beschikking hebt en pas je activiteit aan (wees daarin gerust een beetje creatief)! Een klein terrein zorgt ervoor dat een loopspel tactisch zal gespeeld moeten worden, een open terrein nodigt niet uit tot een sluipspel, een betonnen ondergrond is geen goede start voor vertrouwensspelen... Let er ook op dat je niet enkel aangeeft welk terrein je gaat gebruiken, maar dat het voor de deelnemers ook duidelijk is tot waar het terrein precies loopt (afbakenen!).

6.2.4 Materiaal

Zorg ervoor dat al het (juiste) materiaal ter plaatse is! Niets zo vervelend als tijdens een activiteit nog op zoek te moeten gaan naar een stuk gerief om een

opdracht te doen! Een activiteit wordt soms leuker door 'niet voor de hand liggend materiaal' te gebruiken.

6.2.5 Uitleg

Laat een geheimzinnige stem van op een cassettebandje je uitleg geven, verwerk de uitleg van je activiteit in een eenvoudig zoekspel, geef de uitleg op papier of maak er een show van! Je moet maar op één ding letten: het moet duidelijk blijven! Je kunt een aantal fasen als leidraad nemen:

- 1) Verzamel al de deelnemers:
Zorg ervoor dat de groep volledig is en dat iedereen je kan zien en horen! Wacht van je activiteit uit te leggen tot dat iedereen stil is.
- 2) Zet je leden in de spelsituatie:
Een kring maken, in ploegjes verdelen, per twee gaan staan. Probeer de activiteit zo visueel mogelijk uit te leggen zonder dat de deelnemers van je weg gaan.
- 3) Controleer of ze alles begrijpen
Speel de activiteit al eens kort om te zien of de leden alles hebben begrepen. Indien een proefspel niet haalbaar is kun je aan de hand van korte vragen checken of ze alles hebben begrepen. Vb. "Naar welke post moet je als die opdracht is afgelopen?" "Wanneer verandert de tikker?", "Als we drie keer fluiten, wat doen jullie dan?"
- 4) Start duidelijk de activiteit
Als je merkt dat iedereen de speluitleg heeft begrepen, kun je de deelnemers hun positie laten innemen en kun je starten met de activiteit.

24

6.2.6 Spelregels

Er zijn drie redenen waarom spelregels nodig zijn:

- Spelregels moeten de veiligheid bevorderen.
- Spelregels moeten in functie staan van de doelstellingen. Ze moeten het vb. mogelijk maken dat er gescoord wordt en tegelijk verhinderen dat er gescoord wordt.
- Sommige spelregels zijn nodig om een bepaald spel dat spel te laten zijn. Vb. handbal speel je met de handen, bij een blinddoekspelletje mag je niet kijken.

6.2.7 Aangepast

Bij de 'a' van ditmusa ligt het accent op de activiteit. Pas je activiteit aan de situatie aan:

- Het aantal leden.
- De tijd van het jaar.
- De spelduur.
- De leeftijd van je leden.
- De weersomstandigheden.
- De beperkingen van je leden.
- ...

Durf je activiteit aan te passen als de situatie verandert, vb. er komen onverwacht weinig leden opdagen, het is beginnen regenen... De aanpassingen kunnen ervoor zorgen dat je activiteit alsnog lukt.

6.3 VARIATIE IS DE BOODSCHAP

Om een leuk kamp te hebben zorg je er best voor dat er verschillende soorten activiteiten gepland zijn. Net zoals bij voeding is een goed afwisseling belangrijk.

Hieronder een opsomming van de soort activiteiten die je allemaal zou kunnen doen:

- Knutselen.
- Bosspelen.
- Nachtspelen.
- Tocht.
- Pleinspel.
- Binnenspel.
- Bordspel.
- Stadspel.
- ...

Zorg ook steeds voor reserveactiviteiten: bij regenweer, of korte opvulspelletjes als de activiteit vroeger klaar is, ...

Om ideetjes op de doen kan je altijd de volgende website eens bekijken:
www.jeugdwerknet.be/spelen

7 LOGISTIEK

7.1 REGLEMENTERING

7.1.1 reiscontractenwet

Deze wet is alleen van toepassing als je kamp wordt georganiseerd door een externe organisatie.

Indien je kamp onder de 'reiscontractenwet' valt dan kan je altijd met ernstige klachten terecht bij de geschillencommissie reizen. De commissie verstrekt informatie en doet aan bemiddeling.

De volledige wet kan je nalezen op

<http://www.steunpuntjeugd.be/index.php?a=item/view/748>

7.1.2 decreet op reisbureaus

Volgens de wet van 1965 mag niemand zomaar reizen verkopen met winst. Sinds het decreet van 9 juli 2002 zijn volgende jeugdgroepen vrijgesteld van de wetgeving van 1965, voor zover ze een reis organiseren voor hun aangesloten leden:

- Lokale jeugdgroepen die zijn opgenomen in een gemeentelijk jeugdwerkbeleid.
- Particuliere verenigingen die werkzaam zijn op provinciaal of regionaal niveau en die zijn opgenomen in een provinciaal jeugdwerkbeleid.
- Erkende landelijk georganiseerde jeugdwerkorganisaties met hun hoofdzetel in Vlaanderen, uitgezonderd het Brussels Hoofdstedelijk Gewest.

26

7.2 PERSONENVERVOER

7.2.1 Met de trein

- Kinderen tot 12 jaar:
 - Reizen gratis en zonder vervoersbewijs.
 - Reizen in tweede klasse, kinderen onder 6 jaar ook in eerste klasse.
 - Moeten steeds samen reizen met iemand van minstens 12 jaar die in het bezit is van een geldig vervoersbewijs.
 - Maximum 4 kinderen per betalende reiziger.
 - 6 tot 12 jarigen vertrekken vanaf 9u01 op werkdagen. Op zaterdagen, zondagen en wettelijke feestdagen geldt deze tijdsbeperking niet. Voor kinderen onder de 6 jaar geldt deze tijdsbeperking niet.
 - Indien kinderen tussen 6 en 12 jaar willen vertrekken voor 9u01 dan kunnen ze een vervoersbewijs komen tegen 50%.
 - Kinderen jonger dan 6 jaar kunnen geen zitplaats opeisen.
- Jongeren onder 26 jaar:

- Go-pass:
 - 10 enkele reizen in tweede klasse.
 - Niet op naam.
 - Een jaar geldig.
 - Vertrek vanaf 9u01 op weekdays, in weekend en op feestdagen geldt er geen tijdsbeperking.
- Voor iedereen:
 - Groepstarief:
 - Voor groepen van minstens 15 reizigers.
 - 70% korting op de prijs van een gewoon biljet, met een maximum van 4,90 € per persoon per enkele reis.
 - Ten laatste 5 werkdagen voor de reisdag reserveren.
 - Rail-pass:
 - 10 enkele reizen.
 - Niet op naam.
 - Een jaar geldig.
 - Vertrek van 9u01, uitgezonderd in weekend en op feestdagen
 - Multi-pass
 - Voor kleine groepen van maximum 3, 4, of 5 personen.
 - Een heen- en terugbiljet in tweede klas op de datum en naar de bestemming die staat vermeld op de pass.
 - Niet op naam.
 - Vertrek van 9u01, uitgezonderd in weekends en op feestdagen.

7.2.2 Privé vervoer

7.2.2.1 Met de autocar

Sluit alleen contracten af met erkende busmaatschappijen. Let erop dat het contract duidelijkheid biedt in verband met:

- Plaats en datum van de ondertekening.
- Naam en adres van de partijen.
- Plaats, datum en uur van vertrek en terugkeer.
- Een routebeschrijving.
- Aantal personen.
- Vervoermiddel en kenmerken.
- De totaalprijs die alle in het contract vermelde diensten dekt.
- Voorwaarden voor een eventuele prijsherziening en de precieze berekeningswijze.
- De termijn en de wijze van betaling.
- Bijzondere afspraken.
- De annuleringsvoorwaarden.

7.2.2.2 Met de auto

Ook voor het gebruik van privé vervoer dienen er duidelijke afspraken gemaakt te worden:

- Beperk het vervoer met wagens zo veel mogelijk en doe altijd beroep op nuchtere, uitgeslapen en ervaren bestuurders.
- Gebruik geen blinddoeken.
- In alle omstandigheden is de veiligste limiet nul promille.
- Kinderen (jonger dan 18 jaar) kleiner dan 1,35m moeten in een voor hen geschikt kinderzitje worden vervoerd in de wagen. Kinderen van 1,35m of groter, moeten in een voor hen geschikt kinderzitje worden vervoerd, of de veiligheidsgordel dragen.

7.2.2.3 De fiets als vervoersmiddel

Hoe minder gewicht, hoe beter. Afhankelijk van de fiets beperk je de bagage best tot 12 à 18 kilo. Het grootste gewicht hang je best achteraan. Tracht het gewicht achteraan zodanig te verdelen dat het zwaartepunt boven de as ligt. Vooraan het gewicht zoveel mogelijk naar voor plaatsen.

Enkele organisatorische tips:

- Laat je leden voor vertrek eerst langskomen op fietscontrole, zodat alle fietsen reglementair zijn en op orde staan voor vertrek.
- Beperk het aantal kilometers per dag.
- Hou er rekening mee dat je in groep trager fietst.
- Zorg voor een goed uitgestippeld fietstraject.
- Denk vooraf na over tussenstops, maaltijden en eventuele overnachtingen.
- Train meermaals voor vertrek met de ganse groep.

28

7.3 VRACHTVERVOER

7.3.1 schikking van de lading

Het verkeersreglement zegt dat je de lading zodanig moet schikken dat ze:

- De zichtbaarheid van de bestuurder niet hinderen.
- Geen gevaar vormt voor de bestuurder, de vervoerd personen en de andere weggebruikers.
- Geen schade kan veroorzaken aan de openbare weg, noch aan andere openbare of privé domeinen.
- Niet op de openbare weg kan vallen of slepen.
- De lichten, reflectoren en de nummerplaten niet onleesbaar maakt.
- Geen lawaai veroorzaakt dat de bestuurder kan hinderen.

7.3.2 vrachtwagen en bestelwagen

Je moet een transportmiddel kiezen dat is aangepast aan de aard en de omvang van de vracht. De bestuurder is verantwoordelijk voor het stapelen van de vracht.

Als je een vervoersbedrijf contacteert, zorg dan voor een duidelijk contract met:

- Plaats en datum van de ondertekening.
- Naam en adres van de partijen.
- Plaats, datum en uur van vertrek en terugkeer.
- Laadvermogen.

- De totaalprijs.
- Termijn en de wijze van betaling.
- Annuleringsvoorwaarden.
- Verzekering van de goederen tijdens het vervoer.
- Bijzondere afspraken.

Voor Oudenaardse jeugdverenigingen wordt er door het stadsbestuur kampvervoer voorzien. Het reglement en het aanvraagformulier zijn bijgevoegd in bijlage!

7.3.3 Personenwagen

Bij het laden van de kofferruimte tracht er dan voor te zorgen dat de zwaarste dingen onderaan liggen en zo dicht mogelijk bij de as. Wanneer je materiaal op de achterzetel legt tracht dan zoveel mogelijk materiaal op de grond te leggen. Om extra ruimte te creëren kan je altijd gebruik maken van een aanhangwagen of een dakkoffer. Zorg er hierbij voor dat deze ook aan de veiligheidsvoorschriften voldoen.

8 RAMPENKAMPEN & VERANWOORDELIJKHEDEN

8.1 KLEINE EN GROTE PROBLEMEN

Op kamp kunnen er heel wat ongevallen gebeuren. Meestal gaat het om kleinigheden. Er is haast geen kamp denkbaar zonder zonnebrand, insectenbeten, een gebroken pols, een flauwte, een bloedneus, schaafwonden, blaren, een kneuzing, een verstuiking, een hondenbeet, buikpijn of braken. Meestal heb je geen arts nodig. Met enige kennis van EHBO en wat gezond verstand los je het kwaaltje 'vanzelf' op.

Heel af en toe doen er zich echt zware ongevallen voor met bewusteloosheid, ademhalingsstilstand, hartstilstand, ernstige bloedingen of shock. Je moet dan onmiddellijk hulp bieden. Wacht dus niet tot dat de arts er is. Op dat moment is het goed dat je kan terugvallen op een goede EHBO-opleiding.

8.2 NAAR DE HUISARTS

8.2.1 wanneer stap je naar een arts

De belangrijkste regel is de volgende; "Als je niet zeker bent, stap je best naar een arts." Bij ogenschijnlijke kleine problemen zoals aanhoudende hoofdpijn, maagpijn, diarree, ... waarvan je de ernst niet kan inschatten, loop je liever een keer te veel dan een keer te weinig langs bij de arts.

8.2.2 Wat neem je mee naar de huisarts?

- Medische steekkaart.
- De SIS kaart van het kind.
- Geneesmiddelen die het kind reeds neemt.
- Verzekeringsdocumenten van de polis 'Lichamelijke Ongevallen' om door de arts te laten invullen.

8.3 HULPDIENSTEN

De '112' is voorbehouden voor dringende medische hulp die nodig is op de openbare weg of op privé-terrein.

8.3.1 hulpdiensten oproepen

De bovenstaande noodnummers mag je alleen in dringende gevallen gebruiken. Wanneer je naar een noodnummer belt, haak je altijd las laatste in. Als je 112/100 oproept, stuurt men automatisch een ziekenwagen. Zij waarschuwen eventueel ook andere hulpdiensten, bijvoorbeeld de brandweer.

8.3.2 Wat melden?

De 112/100 kan efficiënter optreden als je drie hoofdvragen beantwoord: "Wie? Wat? Waar?"

WIE?

Vermeld eerst wie je bent, zo kort mogelijk. Omschrijf dan over wie het gaat: aantal slachtoffers, baby, kind, volwassene of oudere persoon.

WAT?

Vermeld de reden van je oproep, zorg dat je de feiten kan omschrijven. Vertel wat er gebeurd is, beschrijf de letsels van het slachtoffer.

WAAR?

VOLLEDIG adres of de plaats, indien je het adres niet kent, probeer je de plaats zo precies mogelijk te omschrijven. Indien je de streek niet goed kent, vraag je aan een buurtbewoner om een juiste plaatsbeschrijving te geven. Indien de plaats moeilijk te vinden is of moeilijk toegankelijk is, geef dan een herkenningspunt op.

Vergeet ook niet je koepel op de hoogte te brengen bij rampsituaties. De meeste koepels zijn tijdens de zomermaanden 24u op 24u standby op een gsm-nr!

8.3.3 wat doe je in afwachting

Iemand van de begeleiding blijft bij het slachtoffer, je dient de eerste zorgen toe, je probeert het comfort van het slachtoffer te verhogen. Dek hem toe om afkoeling te vermijden. Praat met hem en stel hem gerust. Blijf bij hem

8.3.4 het rode kruis

Voor niet-dringend ziekenvervoer kan je een beroep doen op de ziekenwagendienst van het Rode Kruis. Die is permanent bereikbaar gedurende de dag en de nacht op het nummer 115.

8.4 ZEVEN STAPPEN VAN DE HULPVERLENING

Het is moeilijk om vaste regels en adviezen te formuleren voor hulpverlening in ernstige situaties. Alles hangt af van de aard van het ongeval, het aantal slachtoffers, het aantal helpers, enz. Maar er zijn een zevental stappen die altijd gelden.

7 stappen bij ernstige ongevallen

- Kalm blijven en de situatie overzien;
- Eigen veiligheid bewaken;
- Veiligheid van slachtoffers en omstanders bewaken;
- Vitale functies van het slachtoffer bewaken;
- Hulpdiensten oproepen;
- Eerste zorgen toedienen;
- Comfort van slachtoffer nastreven.

8.5 BRAND

8.5.1 een lokale brand

8.5.1.1 blusmiddelen

Neem nooit risico's wanneer er geen mensenlevens in gevaar zijn. Water kan je gebruiken voor elke brand van een vaste stof. Een ABC poederblusapparaat kan je gebruiken voor brand van vaste stoffen, vloeistofbranden, gas branden en elektriciteitsbranden. Een ABC poederblusapparaat van zes kilogram heeft een spuitduur van 15 seconden. Het gebruik van dat soort apparaten vergt enig vaardigheid. Vraag eventueel een demonstratie aan de brandweer. Een CO² blusapparaat heeft een beperkt blusvermogen en is geschikt voor kleine vloeistofbranden op plaatsen waar poeder schade zou aan richten.

8.5.1.2 brandbestrijdingsmiddelen voor een tentenkamp

Zorg voor voldoende brandbestrijdingsmiddelen op het kampeerterrein. Je hebt minimum twee ABC poederblusapparaten van zes kilogram nodig voor een tentenkamp van 100 personen. Per 50 extra personen zorg je best voor één extra toestel. Zorg dat één van de brandblustoestellen altijd in de keuken beschikbaar is.

In de uitleendienst van Jeugdcentrum Jotie zijn brandblustoestellen gratis te ontlenen!

8.5.1.3 brand in een gebouw

- Blijf kalm en vermijd paniek.
- Stel eventueel een alarminstallatie in werking.
- Verwittig alle aanwezigheid.
- Verlaat onmiddellijk het gebouw.
- Verwittig de hulpdiensten.
- Verwittig de eigenaar.
- Keer nooit terug in het gebouw.
- Wacht de hulpdiensten op en geef hen inlichtingen.
- Open geen ramen of deuren.

8.5.1.4 brand in de natuur

- Waarschuw onmiddellijk de hulpdiensten.
- Probeer een beginnende brand direct te smoren.
- Wees alert voor tekens die wijzen op een bosbrand die je nog niet ziet.
- Hou er rekening mee dat de vlammen zich zeer snel zullen verplaatsen als de wind het vuur aanwakkert.
- Loop tegen de wind in als de wind naar het vuur toe waait.
- Zoek een natuurlijke open ruimte tussen de bomen, een weg of een rivier en blijf daar tot dat de brand voorbij is.

8.6 ONGEVALLLEN VERMIJDEN

Zeker op een kamp, waar het terrein niet bekend is, is het risico op ongevallen groter. Terreinverkenning vooraf is dus heel belangrijker.

Natuurlijk speelt de aard van de verschillende kampactiviteiten ook een rol: bosspel, aanleren van technieken, tochten, nachtspel, kampvuur, ... Spel en avontuur spelen een grote rol op kamp. Daarom gaan kinderen en jongeren mee! Denk er toch wel aan dat de kans op een ongeval op kamp doorgaans groter is dan tijdens activiteiten in en rond het lokaal. Men komt in aanraking met andere risicosituaties.

8.6.1 vuur

We kennen allemaal de gezelligheid van het kampvuur. Iemand zou het willen missen en iedereen is zich wel degelijk bewust van het risicovolle karakter. Maar elk jaar opnieuw doen zich ongevallen voor te wijten aan onvoorzichtigheid. Ons eigen potje koken heeft ook gevaren. We moeten uitkijken voor allerlei valkuilen. Zowel bij kampvuren als kookvuren moeten we al leid(st)er wijzen op de gevaren en voorzichtig te werk gaan.

- Hou altijd toezicht bij je kinderen aan et vuur. Zowel bij kampvuren als kookvuren.
- Zorg voor blusmogelijkheden: een brandblusser, een grote bak met water of tuinslang.

8.6.2 water

Activiteiten in het water zijn leuk, toch kan het water tal van gevaren met zich meebrengen. Enkele van de gevaren die aanwezig kunnen zijn: niet juist inschatten van de diepte van een rivier of meer, een plots verschil in diepte, uitstekende rotspunten, rotsachtige ondergrond, stromingen, ...

De algemene regel die geldt wanneer je in het water activiteiten wilt organiseren is: VOORAF VERKENNEN!!

8.6.3 materiaal

Het juiste gereedschap gebruiken is reeds hals werk. Een mes is geen schroevendraaier en een bijl geen breekijzer. Leer kinderen het materiaal op een correcte en verantwoorde manier gebruiken en laat gebruikt materiaal nooit rondslingeren, want misschien komt het in verkeerde handen terecht.

8.7 VERDWIJNINGEN UIT KAMPEN

8.7.1 twee soorten verdwijningen

- **Weglopers:** zij waarvan men weet dat ze uit vrije wil vertrokken zijn.
- **Onrustwekkende verdwijning:** wanneer een jongere lichamelijk of geestelijk gehandicapt is en / of medicatie nodig heeft of wanneer de jongere nog geen dertien is of zich niet goed uit de slag kan trekken of niet vertrouwd is met de gevaren eigen aan de omgeving of wanneer de verdwijning niet strookt met het gedrag van de jongere.

8.7.2 wat kan je doen om een verdwijning te vermijden

- Duidt een vertrouwenspersoon aan in de groep waar de jongeren bij terecht kunnen en bespreek dit met de jongeren.
- Zorg ervoor dat de informatiefiche van elke jongeren volledig is en een foto omvat
- Maak duidelijke afspraken bij elke activiteit en geef de gegevens van de verblijfplaats mee.

8.7.3 wat doe je als je geconfronteerd wordt met een verdwijning

- Doorzoek de onmiddellijke omgeving en de risicoplaatsen.
- Verzamel alle informatie over de jongere en praat met de vertrouwenspersoon.
- Verwittig zo snel mogelijk de verantwoordelijke.
- Verwittig dan de ouders van de vermiste en ga na of iemand van de familie deze buiten jouw medeweten is komen halen.
- Bel de politie om de verdwijning te melden.
- Verwittig child focus via het noodnummer 110.
- Blijf kalm en hou rekening met de rest van de groep.

8.7.4 Wat doe je als de jongere terecht is?

- Verwittig onmiddellijk de politie, ouders en child focus.
- Bespreek met de jongere, in samenwerking met de vertrouwenspersoon, waarom hij is weggelopen en zoek samen naar de best mogelijke oplossing.
- Zorg ervoor dat de normale activiteiten snel hernomen worden en dat de jongere vlot in de groep wordt geïntegreerd.

8.8 AANSPRAKELIJKHEID

Ook al heb je duidelijke afspraken en regels, soms kan er al eens iets fout lopen. Wie is er dan aansprakelijk?

Elk geval moet door de rechtbank zorgvuldig worden onderzocht en beoordeeld. Toch bestaan er enkele algemene principes.

Volgens het Burgerlijk Wetboek is iedereen verplicht de schade te vergoeden die hij aan een ander veroorzaakt. Men voegt er ook aan toe dat je ook een vergoeding verschuldigd bent als die schade het gevolg is van nalatigheid of onvoorzichtigheid.

Je hebt twee soorten aansprakelijkheid: burgerlijke aansprakelijkheid en strafrechtelijke aansprakelijkheid.

8.8.1 Burgerlijke aansprakelijkheid

Voor jeugdleid(st)ers wordt een onderscheid gemaakt tussen een 'fout in de organisatie' en een 'fout in het toezicht'. Als vrijwilliger ben je automatisch verzekerd, maar check bij je jeugdcoördinatoren de juiste voorwaarden.

Een voorbeeld van een fout in de organisatie is het schenken van alcoholische dranken aan het kampvuur met gezondheidsproblemen van één van de leden tot gevolg. Hieruit blijkt dat de organisatie (de verantwoordelijke hoeft zelfs niet aanwezig te zijn) tekortschiet in het behartigen van de belangen van diegenen over wie men gezag uitoefent. Het komt er met andere woorden op neer dat je moet vooruitdenken, mogelijke problemen vooraf moet inschatten en erop inspelen in de organisatie van je activiteit. Heb je dat duidelijk niet gedaan, dan kunnen ze je een organisatiefout aanwijzen.

Een fout in het toezicht viseert de personen van de leiding zelf die toezicht houden. Het gaat hier bijvoorbeeld over een ongeval dat gebeurt als de leiding niet aanwezig was, terwijl ze daar wel had moeten zijn.

Wanneer de leiding minderjarig is, wordt de aansprakelijkheid doorgeschoven op de ouders van de leiding

8.8.2 Strafrechtelijke aansprakelijkheid

Je bent strafrechtelijk aansprakelijk als je schuldig bent aan een misdrijf. En die verantwoordelijkheid voor een inbreuk berust altijd bij de persoon in kwestie. Bijvoorbeeld een lid van je jeugdbeweging dealt tijdens het kamp. Hij of zij zal strafrechtelijk aansprakelijk worden gesteld. Dit kan niet overgedragen worden op de jeugdleid(st)er of op de ouders. Maar laat je toe dat leden drugs gebruiken in je lokalen, dan stel je volgens de wet een lokaal ter beschikking voor druggebruik. Dit is een misdrijf en daarom kan je dus strafrechtelijk aansprakelijk gesteld worden.

8.9 Buitenlands kamp

Voor alle minderjarigen heb je een formulier van de ouders nodig, waarop zij hun zoon of dochter de toestemming geven om op kamp te gaan in het buitenland. Dat formulier moeten ze laten afstempelen op de dienst bevolking van de gemeente. Voorzie dus een invuldocument bij de kampinschrijvingen.

9 EHBO OP KAMP

9.1 EHBO EN MEDICATIE OP KAMP: WAT MAG EN NIET MAG

Misschien heb je in de media al wel wat opgevangen rond het geven van medicatie aan kinderen op school en in de jeugdbeweging. Want een kind kan wel eens ziek worden als je op kamp bent. En wat doe je dan? Mag je zomaar zelf medicatie geven? In de wet staat dat je geen medicatie mag toedienen aan kinderen of medeleiding. Ook niet als dit geneesmiddel kan verkrijgen zonder voorschrift, zoals pijnstillers. Als een kind of medeleiding een allergische reactie of nevenwerking zou krijgen op het gekregen geneesmiddel, kan de leiding immers aansprakelijk gesteld worden.

9.2 WAT MAG JE DAN WEL DOEN?

Bij kinderen mag je enkel de medicatie geven die op de medische fiche vermeld staat. Als andere medicatie nodig is, ook voor hoofdpijn of buikpijn, moet je altijd een arts en/of apotheker contacteren. Medeleiding kan wel naar een bepaald geneesmiddel vragen. Als dit medicijn in de EHBO koffer aanwezig is, mogen zij dit wel nemen. Want dan vraagt je medeleiding naar een gekend middel en kent hij of zij dus de nevenwerking
Kortom:

- Zorg ervoor dat je van iedereen een ingevulde medische fiche bij hebt op kamp
- Geef kinderen alleen medicatie die op de medische fiche staat vermeld.
- Is het kind ziek en denk je dat er andere medicatie nodig is, raadpleeg dan altijd de arts en/of apotheker. Dit geldt ook voor medicatie die je zonder voorschrift kan krijgen.
- Medeleiding kan wel vragen naar gekende middelen die in de EHBO koffer aanwezig zijn.

36



Jullie ontvingen van ons eerder al de brochure "eerste hulp voor jeugdleiders". Deze brochure is een onmisbare handleiding voor allerlei verzorgingen. Neem ze zeker mee op kamp!

9.3 EEN GOEDE EHBO KOFFER

Met een EHBO koffer heb je de belangrijkste spullen om eerste hulp toe te dienen steeds binnen handbereik. Belangrijk is dat de hele leidingsploeg weet waar de EHBO koffer zich bevindt op kamp en wat de inhoud ervan is.

- Bij jeugd Rode Kruis kan je een eerstehulprugzak kopen die werd samengesteld op maat van het jeugdwerk.
- Bij het Vlaamse Kruis kan je een uitgebreide EHBO koffer kopen.
- Je kan ook beroep op een huisarts of een apotheker om een EHBO koffer samen te stellen.

9.4 VORMING?

Als jeugdleider heb je best wat kennis over EHBO. Enkele organisaties voorzien hiertoe de nodige vormingen voor je leidingsploeg. Je kan natuurlijk ook zelf een EHBO-vorming organiseren met de hulp van een arts of een verpleegkundige. Wellicht kan je ook een dergelijke EHBO sessie meepikken op een vormingscursus van je jeugdkoepel. Ook op de jeugddienst of door de Jeugdraad wordt er wel eens een vormingssessie over EHBO georganiseerd.

- Bij het Jeugd Rode Kruis kan je een 'eerste hulp initiatie voor jeugdbegeleiders' aanvragen.
- Bij het Vlaamse Kruis kan je terecht voor een vormingsavond voor EHBO in jeugdverenigingen. Bekijk in overleg met een plaatselijke Vlaamse Kruis afdeling wat voor jouw jeugdvereniging haalbaar / wenselijk is.

9.5 MEDISCHE FICHES EN EEN MEDISCH LOGBOEK

Een medische fiche is een invuldocument dat je best voor het kamp door de ouders/voogd van je leden laat invullen. Ingevuld krijg je een goed beeld van de gezondheidstoestand van degene die mee op kamp gaat. Soms is er ook medicatie voorgeschreven. Je maakt dan best een overzichtslijst op van wie wanneer welke medicatie dient te krijgen. Je zorgt ervoor dat deze informatie in de buurt van de EHBO koffer ligt maar dan enkel de begeleiding en/of EHBO verantwoordelijke hier inzage in hebben. Na het kamp vernietig je deze medische fiches best. Je mag immers niet zomaar persoonsgebonden gevoelige informatie bijhouden. Ook de opgevraagde SIS-kaarten en kleefbriefjes van het ziekenfonds bewaar je best op dezelfde centrale plek.

Een medisch logboek is een soort van notitieboekje of bundeling van steekkaarten waar je het nodige noteert elke keer dat je een deelnemer verzorgt of medicatie toedient. Op die manier kan iedereen van de leidingsploeg nagaan welk kind welke verzorging of medicatie heeft gekregen. Noteer die informatie op individuele pagina's/steekkaarten. Hou ze in elk geval bij per kind. Zelfs de meest onschuldige kwaaltjes en hun behandeling noteer je in dat boek. Sommige kwalen beginnen immers met bedrieglijk banale klachten maar blijken achteraf ernstiger dan gedacht.

Vermoeidheid, vage koppijn of spierpijn kunnen bijvoorbeeld het symptoom zijn van het begin van de ziekte van Lyme (gevaar bij tekenbeten). In dat geval vormt het logboek een belangrijke informatiebron voor de arts.

Het komt er gewoon op neer dat je weet wie wanneer met welke klacht kwam en hoe en door wie hierop gereageerd werd. Je kan dit dus ook in een eenvoudig rooster invullen.

9.6 WIE WORDT DE EHBO VERANTWOORDELIJKE?

Om alles wat met EHBO te maken heeft goed te regelen voor en tijdens het kamp spreek je best ruim voor het kamp af wie hiervoor verantwoordelijk is. Die persoon moet, op basis van gezond verstand, vorming en ervaring, weten wanneer en hoe je een probleem zelf kan behandelen en wanneer en hoe je professionele hulp moet inroepen. De EHBO verantwoordelijke is best iemand die steeds aanwezig is op het kampterrein. Spreek ook af waar hij of zij allemaal voor zorgt. En spreek zeker ook af wie wat doet bij afwezigheid van de EHBO verantwoordelijke. In onderstaand lijstje vind je zijn of haar takenpakket.

- Bijhouden van medische fiches en deze meegeven bij een bezoek aan een huisarts of ziekenhuis.
- Zorg voor ziekenkamer of ziekentent.
- Samenstelling van en zorg voor EHBO materiaal.
- Verrichten van wondverzorging.
- Toedienen vaste medicatie.
- Bijhouden medisch logboek.
- Doorgeven aan de begeleiding van noodzakelijke informatie over deelnemers met astma, suikerziekte, epilepsie en andere aandoeningen. Deze medische gegevens behandel je met discretie.

In bijlage vind je een infobrochure met uitleg wat je moet doen bij de meest voorkomende verwondingen.

10 TYPISCHE KAMPONGEMAKJES

10.1 BEDPLASSEN OP KAMP

Bedplassen is een veelvoorkomend voorval op zomerkamp of kleinere weekenden van voornamelijk, kinderen tussen de 6 en de 9 jaar kunnen hier last van hebben. Voor je op kamp gaat is het ook handig om bij de ouders na te vragen of er kinderen zijn die hier last van hebben zodat je van tevoren maatregelen kan nemen.

10.1.1 WAT IS BEDPLASSEN

15% van de kinderen tussen de 6 en de 9 jaar hebben soms last van bedplassen, dit kan meerdere oorzaken hebben:

- Ze hebben tijdens het slapen niet door dat hun blaas vol zit, waardoor ze niet wakker worden om even naar de wc te gaan.
- Ze spannen de spieren rond hun blaas meer dan hun sluitspieren, als ze merken dat hun blaas vol zit.
- Ze maken 's nachts te weinig van een vochtvasthoudend hormoon, waardoor ze 'd nachts relatief te veel urine produceren.

Als kinderen ouder worden veranderen de hormonen van het kind en houdt het bedplassen meestal vanzelf weer op. Voor de kinderen is dit vaak een nogal beschamend voorval en het kan ervoor zorgen dat, omdat ze bang zijn in bed te plassen, niet op kamp mee durven gaan. Hier moet je als leiding dus proberen te ondersteunen en te helpen.

Het kan zijn dat kinderen thuis geen last hebben van bedplassen, maar door de andere omgeving op kamp wel een ongelukje hebben.

10.1.2 WAT TE DOEN BIJ BEDPLASSEN

Het allerbelangrijkste wat bij bedplassen komt kijken, is überhaupt weten dat iemand hier last van heeft. Als jullie gebruik maken van een vooraf in te vullen medisch formulier, vergeet dan niet deze vraag erop te zetten

Over bedplassen kun je heel geheimzinnig doen, maar ook vrij open, als iemand een ongelukje heeft gehad en het is de andere kinderen opgevallen draai er dan niet omheen en wees gewoon eerlijk. Juist als je als leiding eromheen draait kunnen de kinderen een lullige reactie naar het kind hebben, doe er open over en de anderen zullen er normaler mee omgaan. Let natuurlijk wel op over hoe je het vertelt en schat je kinderen goed in. Probeer verder wel strategisch en onopvallend met de situatie om te gaan.

Als je weet dat er iemand meegaat die hier nog wel eens last van heeft, neem dan de volgende tips mee:

- Laat alle kinderen voor het naar bed gaat nog even langs de WC gaan.
- Als de leiding naar bed gaat is het handig om het kind even wakker te maken voor een tussentijds WC bezoekje. Zorg wel dat het kind echt wakker is want anders kan het kind eraan wennen dat het slapend plast of kan het op de WC in slaap vallen. Overleg met de ouders welke tijd hiervoor het beste is. Zeg tijdens dit ritueel nooit: kom even

mee om te plassen maar we gaan naar de WC. Het woord plassen kan alleen al de trigger zijn.

- Tijdens het avondeten niet meer dan 1 glas drinken, let wel op dit betekent niet dat het kind 's nachts niet zal gaan plassen, tijdens slaaptijden produceert je lichaam sowieso een hoop urine.
- Sommige kinderen kunnen 's nachts een trainingsbroekje aantrekken (eventueel onopvallend bij de leiding), spreek ook af dat het kind het weer in de slaapzak weglegt (zodat je als leiding er later onopvallend naar kunt kijken en eventueel kan wegleggen).
- Als leiding moet je sowieso een extra slaapzak meenemen. Ook kan je het kind een tweede slaapzak laten meenemen.
- Probeer kinderen die er 's nachts uitgaan strategisch neer te leggen, het liefst zo dicht mogelijk bij de beur, als er vriendjes bij willen liggen is dit geen probleem, als je als leiding 's nachts maar niet 3x over iemand hoofdje struikelt.

10.2 HEIMWEE OP KAMP

10.2.1 WAT IS HEIMWEE

Heimwee betekent letterlijk: het verlangen naar geboortegrond, naar huis. Een verlangen dat zo sterk kan zijn, dat het ziekmakend is. Er zijn verschillende soorten heimwee. Voor kinderen betekent het vooral dat ze hun ouders missen, maar ook wel hun broertje en zusje. De kern van heimwee is vaak scheidingsangst. Het kind is bang dat de ouders niet meer terugkomen. Hij of zij mist meer de persoon dan de omgeving.

Heimwee kan leiden tot allerlei lichamelijke en emotionele symptomen: gebrek aan eetlust, slapeloosheid, maag- en darmstoornissen, het idealiseren van thuis, nergens anders aan kunnen denken, lusteloosheid, weinig belangstelling voor de directe omgeving. Bij kinderen zie je vooral ook dat ze huilen en zich terugtrekken. Soms zie je ook lastig of aandachtvragend gedrag. Vooral als het kind voor lange tijd van huis is.

10.2.2 HEIMWEE EN LEEFTIJD

Heimwee heeft niets met leeftijd te maken. Het komt op alle leeftijden voor. Wel is het bij kinderen sterker, omdat zij niet het idee of gevoel hebben dat ze iets aan de situatie of aan het gevoel kunnen veranderen. Het overkomt ze gewoon en zitten in een hartstikke afhankelijke positie. Als volwassene kun je afleiding zoeken of bepaalde situaties wat makkelijker uit de weg gaan, als je weet dat het teveel problemen gaat opleveren.

Vaak wordt gedacht dat kinderen er overheen groeien. Dat is in lang niet alle gevallen zo. Als een kind over heimwee heen groeit, komt dan niet persé door het ouder worden, maar doordat meer ervaring op gedaan is. Hoe vaker een kind uit logeren of op kamp is geweest, hoe kleiner de kans op heimwee. Natuurlijk heeft ook de houding van de ouders grote invloed. Stimuleren ouders hun kind om te gaan logeren of houden ze het liever thuis? Durven ouders hun kind los te laten of willen ze overall bovenop zitten? Kinderen pikken zoiets feilloos op en passen hun gedrag daar op aan. Zelfs als ouders hierover niets tegen het kind zeggen.

10.2.3 WAT KUN JE DOEN ALS LEIDING BIJ KINDEREN MET HEIMWEE

- Praat met de ouders over de oplossingen waar zij goede ervaring mee hebben.
- Kinderen kunnen zelf ook heel goed vertellen waar ze wel of geen steun aan hebben. Zeker als ze weten dat ze snel last hebben van heimwee en hier mee geholpen willen worden.
- Maak afspraken met de ouders en kind over het wel of niet naar huis opbellen. Het ene kind heeft juist een telefoontje nodig, om zeker te weten dat paps en mams beschikbaar zijn. Bij het andere kind loop je het risico dat contact alleen maar tot nog meer heimwee gaat leiden. Hetzelfde geldt voor het sturen van een kaartje of een brief. Bij de één een goed idee, bij de ander een drama.
- Het kan goed helpen als voor het slapen gaan zoveel mogelijk de rituelen van thuis worden aangehouden.
- Laat kleine kinderen vertrouwde dingen meenemen op kamp, bijvoorbeeld een knuffel, hun eigen kussen of deken.
- Soms wil het beroemde heimweepilletje goed helpen bij kinderen met lichte heimwee: een snoepje die dienst doet als heimweepil.
- Oudere kinderen kunnen een schriftje of dagboekje meenemen waarin ze opschrijven wat ze meemaken. Dat helpt om het heimweegevoel van zich af te schrijven. Er ontstaat bij het kind ook meteen meer inzicht in de voor- en nadelen van het weg zijn. Wat uit zo'n dagboekje ook blijkt is dat heimwee vooral op bepaalde momenten tijdens het kamp de kop op steekt. En dat het gelukkig ook weer over gaat. Maak dus tijd in je kampprogramma voor het schrijven van een dergelijk dagboekje voor die kinderen die dat nodig hebben.
- Er blijken risicovolle tijdstippen te bestaan: onder het eten, bij het slapen gaan en net na het wakker worden. Dat zijn de momenten die het meest aan thuis doen denken en waarop er de minste afleiding is. Doordat kinderen met een dagboekje die kritieke momenten ontdekken kunnen ze zich aanwennen om daar een oplossing bij te bedenken. Afleiding helpt tegen heimwee. Dus kan het handig zijn om kinderen tijdens het eten bezig te houden met een eetspel, ontbijtdienst te laten doen na het wakker worden, zorgen dat kinderen iets te lezen hebben bij het wakker worden, terugkomsttijd instellen bij het slapen gaan, ...
- Op het moment dat kinderen erg moe zijn wordt het heimwee gevoel vaak sterker. Soms is een goede nacht slapen voldoende om heimwee de baas te worden. De volgende dag kan het gevoel dan weer over zijn.
- Bij jongere kinderen kan het helpen om een ouder kind aan te wijzen dat net even wat meer op het kind met heimwee let. Bij lichte heimwee kan een beetje extra aandacht het eenzame gevoel vaak snel verhelpen.
- Betrek het kind zoveel mogelijk bij de kampactiviteiten en omgeving, maak het nieuwsgierig, laat het op onderzoek uitgaan. Eigenlijk moet er zoveel fraais te beleven zijn, dat er geen plaats meer is om aan huis te denken.
- Maak van tevoren in ieder geval duidelijke afspraken, zodat het kind weet waar het aan toe is. Wanneer is er tijd voor het dagboekje, wanneer komt het kind naar de leiding met heimweegevoelens,

wanneer heb je even troosttijd, wat doen we als het echt niet meer langer gaat.

En dan kan het je alsnog overkomen. Het kind blijft ondanks al jullie steun, afspraken en inzet toch heimwee houden. Dat is hartstikke jammer maar kan wel te koste gaan van het plezier tijdens het kamp. Er blijft dan ook maar één advies over, neem contact op met de ouders en laat het kind in overleg met hen naar huis gaan. Tegen echt heel veel heimwee is helaas geen kruid gewassen.

11 KAMPMENU

11.1 TAKEN VAN DE KOOKPLOEG

Op voorhand maak je best duidelijke afspraken tussen de leidingploeg en de kookploeg. Spreek duidelijk af wat er precies van de kookploeg verwacht wordt.

- Moeten ze een menu opstellen?
- Met welke aspecten van het kampprogramma moeten ze rekening houden?
- Welk budget mag de kookploeg besteden? Hoe verlopen de betalingen? Op welke manier moet de kookploeg de uitgaven bijhouden?
- Opstellen van de boodschappenlijst?
- Aankopen:
 - Voor het vertrek?
 - Wie doet aankopen?
 - Prijs?
 - Hoeveelheid?
 - Bewaarfactor (voldoende koelkasten en diepvriezers)?
 - Ter plaatse: kampbezoek afspraak met leveranciers?
 - Wie? Financiële verwerking?

11.2 KOKEN VOOR MINDER GELD

Informeel vooraf welke winkels er in de buurt van je kampplaats zijn en welke acties die hebben voor jeugdbewegingen:

- Bij Colruyt kan je steeds terecht om 3% korting te krijgen op je aankopen. Klassieke extra's zijn nog steeds de gratis streng worsten – even lang als de langste leid(st)er – en de bal. Vergeet je jeugdkortingskaart niet aan te vragen. Verder kan je ook snuisteren in hun kamprecepten.
- Een dienst die de Colruyt aanbied is 'Collect and Go'. Hierbij kan je op voorhand je bestelling doorgeven en zij halen je inkopen uit de rekken voor 4 euro extra.
- Bij Delhaize moet je minstens drie weken voor het kamp het inschrijvingsformulier invullen. Doe je dit, dan sturen ze je een welkomstpakket toe met tal van voordelen. Zo krijg je een kortingskaart die je zal toelaten om van een korting van 5% te genieten op al je aankopen (behalve alcohol en sigaretten) voor en tijdens het kamp.
- Bij Carrefour kan je een kortingskaart van 5% krijgen als je je aanmeldt bij een van hun verkooppunten. Je moet wel een Happy Days-kaart hebben. Heb je die niet, dan kan je er gratis één krijgen.
- Bij Makro kan je een éénmalige kortingsbon van 5% krijgen als je je inschrijft.

11.3 MILIEUVRIENDELIJK KOKEN

- Denk aan het milieu en probeer je kampvoedsel lokaal in te kopen. Op www.fermweb.be krijg je alvast voor Vlaanderen een overzicht van landbouwers waar je rechtstreeks 'bij de boer' kunt aankopen.
- Nog meer tips en suggesties voor een milieuvriendelijke keukentent vind je op www.kamp4nature.be

11.4 VOEDSELVEILIGHEID

11.4.1 Beter voorkomen dan genezen: enkele tips!

Een voedselvergiftiging op kamp? Liever niet, horen wij je denken. Maar het gebeurt vlugger dan je denkt. Voedsel dat wordt besmet door ziektekiemen of gifstoffen kan leiden tot dit schone kwaaltje, met als bekendste voorbeeld Salmonella. De klachten zijn misselijkheid, plotselinge buikkrampen, overgeven en diarree.

11.4.2 Verhit je voedsel

Je kan het risico sterk verminderen door het voedsel voldoende te verhitten. Niet alleen vlees, maar ook schotels, water, vuilen handen, ... kunnen besmetting veroorzaken. Ook rauwe groenten kunnen besmet zijn. Een droge omgeving, zout, zuur en zoet zijn hinderpalen voor vermeerdering van bacteriën. Wanneer je het voedsel in de koelkast bewaart, rem je de ontwikkeling van bacteriën weliswaar af, maar sterven doen ze niet. Ook bij het invriezen blijven ze sluimeren in het voedsel. Alleen bij verhitting tot minsten 60°C gaan ze dood. Dit kan door koken, bakken en braden.

11.4.3 Gebruik de koelkast wijs

Een koelkast of een koele ruimte is onontbeerlijk om je producten vers te houden. 7°C is het absolute maximum voor het bewaren van voedsel. Sommige producten zoals vleesbereidingen, gehakt, verse vis hebben zelfs een nog lagere temperatuur nodig, namelijk maximum 4°C.

11.4.4 Ai, geen koelkast

Heb je geen koelruimte, vermijd dan zeker om bederfbare producten mee te brengen naar de kampplaats. Houdt het dan bij droge voeding en conserven. Bederfbare eetwaren koop je best ter plaatse en zo kort mogelijk voor de bereiding.

11.4.5 De diepvriezer en zijn troeven

De diepvries lijkt je waarschijnlijk een overbodige luxe, maar dat is het niet altijd. Je kan de producten aankopen op het moment dat ze goedkoop zijn, je kan de gerechten vooraf klaarmaken en voedselresten veilig bewaren. Nadelen zijn er natuurlijk ook. Je hebt natuurlijk een diepvriezer nodig, alsook elektriciteit. Ook het transport moet beter worden gepland en het invriezen moet ook correct gebeuren anders vries je de bacteriën gewoon in. Ook het ontdooien van de producten houdt een risico in en, moet dus volgens de regels van de kunst gebeuren.

11.4.6 Drinkbaar water

Drinkbaar water dat gebruikt kan worden voor de bereiding van voedsel, komt in ons land vooral voor in de vorm van leidingwater. Dat water moet aan vrij strenge normen voldoen. In een kampgebouw is het water doorgaans afkomstig van het leidingwaternet. Is dit niet het geval, vraag dan of de eigenaar en recent attest met goedkeuring van het water kan voorleggen. Zo'n attest moet uitgereikt zijn door een ontleedcentrum dat werd erkend door het Instituut voor Hygiëne en Epidemiologie.

Wees voorzichtig met het gebruik van niet-drinkbaar water. Regenwater, opgevangen in zuivere vaten, kan je gebruiken voor douches en baden. Regenwater verzameld in dakgoten, bevat het afgespoelde vuil van het dak en is bijgevolg ongeschikt om te koken en om je te wassen. Je kan het wel gebruiken om te poetsen, maar niet om de vaat mee te doen. Bij de aftappunten van water dat niet drinkbaar is, breng je best een goed zichtbare en duidelijke waarschuwing aan. Breng je leden op de hoogte van waar ze wel drinkbaar water kunnen krijgen. Wees ook voorzichtig met water dat uit grote citernes komt. De ervaring leert dat heel wat problemen hun oorzaak vinden in vuil water

11.4.7 surftips

Je kookt ook best veilig. Daarom ontwikkelde het Federaal Voedselagentschap (www.favv.be) een brochure met heel veel tips om te voorkomen dat een of andere voedselvergiftiging je kamp zou bederven: "Bederf je zomerkamp niet." Meer informatie of bijkomend materiaal kan je verkrijgen door te mailen naar info@favv.be of te telefoneren naar het gratis nummer 0800/13.550.

45

11.5 MENU

Op het net kan je als kampkok heel wat nuttige informatie terugvinden. Enkele surftips:

- www.scoutscook.be is een site van een oud FOSer die zijn kennis met je wil delen. Er staat onder meer een berekeningstabel op, waarmee je kan berekenen welke hoeveelheden je voor je groep nodig hebt.
- www.kokenopkamp.be is een deelsite van jeugdwerknet bevat een receptendatabank. Alle recepten zijn ontwikkeld voor groepen van minstens 10 personen, maar via een handige calculator kan je de ingrediënten op maat laten herberekenen naar je eigen wensen. De site beperkt zich trouwens niet enkel tot recepten. Je krijgt er nog heel wat meer informatie over o.a. voedselpiramide, voedselveiligheid, ecologisch koken, ...
Een volledig kampmenu samenstellen en invoegen betekent ook dat je meteen een lijst krijgt met alle nodige ingrediënten!

Leesvoer:

- In de infotheek van Jotie kan je het boek 'Creatief & Gezond koken voor grote & kleine groepen.' ontlennen.
- 'Koken op kamp' is een kookboek geschreven door twee ervaren kampkoks. De auteurs geven je praktische tips en verhalen mee over koken voor grote groepen. De recepten blijven steeds binnen een dag budget van 5 euro per eter.

- Kampkippen en kikkererwten: de gids voor jeugdbewegingen die ecologisch willen koken op kamp.
- Loslopend Wild 1 & Loslopend Wild 2: uit te lenen uit de infotheek van Jotie

12 . ACTIES EN OPROEPEN

- **www.lekkerbuitenspelen.be:** spaar voor gratis melk van Joyvalle
- **www.respectokamp.be:** Deze campagne van de jeugdwerkkoepels en Steunpunt Jeugd nodigt je uit om (nog meer) rekening te houden met de omgeving waar je verblijft en de burens rondom je kampplaats. Waar je ook op kamp gaat, je bent altijd ergens 'te gast'. En je bent niet alleen. Elke zomer trekken zo'n 250.000 jongeren in ons land op kamp. Sommige dorpjes worden echt overspoeld door uitbundig jong geweld. Als je respect hebt voor elkaar, voor de natuur en voor de burens maak je er zonder twijfel een topkamp van. Zo bouw je met je groep aan een positief imago voor jeugdkampen en zorg je er voor dat ook de groepen die na jou komen nog op kamp kunnen gaan in de ongerepte natuur. En met open armen ontvangen worden in het dorp. Er komt dit jaar ook een postkaartcampagne voor de burens! Deze campagne is een initiatief van Steunpunt Jeugd, Chirojeugd Vlaanderen, Scouts en Gidsen Vlaanderen, FOS Open Scouting, KLJ en KSJ-KSA-VKSJ.
- **www.wegwijzer.be/kampverslag:** Stuur je kampverslag in en win! Hou notities bij of prent je de belevenissen van op je zomerkamp in België of buitenland goed in je geheugen. Maak er dan een leuk kampverslag van, stuur het op naar Wegwijzer en win proviand voor je groep! Dit jaar maken 20 groepen kans op een bon van 25 euro om voedsel te kopen voor hun kamp. Wegwijzer helpt jeugdgroepen met buitenlandse plannen gratis en voor niks op weg met informatie over transport, overnachting, wildkamperen, toeristische info enzovoort.
- **www.jeugdwerknet.be: Dé Kampfoto 2012.** Vertrek je binnenkort op kamp? Vergeet je fototoestel niet en laad je gsm nog eens goed op! www.jeugdwerknet.be zoekt immers 'Dé Kampfoto 2012'. Neem foto's op kamp en laad vanaf 1 augustus via www.jeugdwerknet.be je drie beste foto's op. Win zo de titel 'Dé Kampfoto 2012' en prachtige prijzen! Op 1 oktober 2012 zijn de winnaars bekend!
- **www.potverdorie.be.** De Foodhunt is niet meer. Maar Vredeseilanden vervangt deze campagne die mensen wil stimuleren om kennis te maken met duurzame voeding nu door de nieuwe campagne Potverdorie! Voedseloverschotten, genetische manipulatie, bergens verpakkingsafval, schrijnende armoede en hongersnoden. Eis een wereld waarin we anders omgaan met ons voedsel en win een frietkot! Elke maand gaat het rijdend bio-vegetarisch frietkot op pad om geëngageerde groepen te verwennen. Hoor alvast de nieuwe single van Buscemi "Potverdorie, eet normaal!"

- **www.opkamp.be/pagina/bonapp-au-camp**. Verdien je aankoop van Waals voedsel terug. Ga je deze met je jeugdbeweging op kamp in Wallonië, dan kan je een beroep doen op voedselsubsidies van APAQ-W. Dat is het Waals agentschap ter promotie van een kwaliteitsvolle landbouw. APAQ-W voert elk jaar de actie BonApp' au Camp. Het doel van deze actie is om Waalse landbouwproducten te promoten bij het jeugdwerk. Wanneer je tijdens het kamp producten van Waalse herkomst aankoopt krijg je 6 euro per deelnemer (inclusief begeleiders), met een maximum van € 600 per kamp. Hieraan zijn enkele voorwaarden verbonden.