



SUPPORT



REGELS &
PROCEDURES
VOOR

ALCOHOL & **ANDERE** DRUGS



SPORTIVOS
GOUD

WAT KAN DEZE HANDLEIDING VOOR JOU DOEN?

Deze handleiding helpt de sportclub om een aantal afspraken rond het gebruik van alcohol en drugs te maken. De afspraken die door de overgrote meerderheid van de club gedragen worden, krijgen een plaats binnen het algemene clubreglement. Zo verzekeren jullie dat de nieuwe afspraken door iedereen gevolgd worden. De handleiding helpt ook met procedures die voor iedereen duidelijk maken wat er moet gebeuren bij (vermoeden van) regelovertreding.

Wat zijn regels en procedures?

Regels zijn afspraken die jullie in de club maken en opnemen in het clubreglement. Ze gelden voor leden, maar ook voor bezoekers. Ze maken voor iedereen duidelijk wat kan en wat niet.

Best denkt de club ook na over wie ingrijpt wanneer bepaalde regels overtreden worden, en de manier waarop. Dat zorgt ervoor dat iedereen in de club gelijk behandeld wordt en geeft de clubleden met verantwoordelijkheid duidelijke mandaten. Dat noemen we **procedures**.

Wat zijn goede regels en procedures?

Goede regels en procedures zijn een praktische invulling van jullie eigen clubvisie rond alcohol en drugs¹. In die alcohol- en drugvisie bepalen jullie wat in de club aanvaardbaar alcohol- en druggebruik is. Net zoals bij de visie, is het belangrijk dat de grote meerderheid het eens is met de regels. Onpopulaire regels blijven vaker dode letter en helpen zo niemand. Daarom probeert de club best geen regels 'door te duwen'. Ga op zoek naar consensus, houd het simpel en verlies de gedeelde visie niet uit het oog. Vaak verrast het dan in hoeverre de overgrote meerderheid het met elkaar eens is over de meeste dingen!

Hoe stel je goede regels en procedures op?

Deze handleiding helpt jullie om de situatie - **wie** gebruikt **waar** en **wanneer** alcohol en andere drugs - in de club in kaart te brengen. Op basis van die situatie gaan jullie op zoek naar gepaste regels voor alcohol en andere drugs. De handleiding helpt ook om met jullie eigen regels en procedures binnen de letter van de wet te blijven.

¹ Die hebben jullie al beschreven in de alcohol- en drugvisie (voor het bepalen van een visie, zie de visietool, onderdeel van Sportivos Zilver: <http://www.vad.be/preventie-en-hulpverlening/sport/sportivos-zilver>).

WIE **HEB JE NODIG VOOR** **HET MAKEN VAN** **EEN ALCOHOL- EN** **DRUGREGLEMENT?**

De A&d-coach trekt deze activiteit maar kan **niet in zijn eentje** een alcohol- en drugreglement voor de club uitschrijven. De kantine denkt misschien anders over alcoholgebruik dan de ouders. Ook jongere sporters, coaches en bestuur kunnen van mening verschillen hierrond. Of misschien ontdek je wel dat de meningen helemaal niet zo ver uit elkaar liggen als eerst gedacht. In elk geval is het belangrijk dat deze **verschillende meningen gehoord en vertegenwoordigd** worden. Zo creëer je een aanvaardbaar alcohol- en drugreglement van en voor de hele club.

Denk aan een werkgroepje met volgende leden, want ze kunnen interessante input geven:

- » Bestuursleden
- » Kantinemedewerkers
- » Sporttechnische staf (bv. trainers...)
- » Sporters (bv. de kapitein van een ploeg...)
- » Supporters (bv. ouders...)
- » ...

ZOEK BIJ BRONS & ZILVER

In de bronzen fase van Sportivos werd al een 'werkgroep Sportivos' samengesteld ter ondersteuning van jullie Sportivos-verhaal. Om de alcohol- en drugsvisie te formuleren heb je deze 'werkgroep Sportivos' misschien terug samengeroepen en eventueel uitgebreid met bovengenoemde sleutelfiguren.

TIP

Deze handleiding helpt jou als A&d-coach om samen met je club een alcohol- en drugreglement op te stellen. Misschien ben je onzeker over hoe jouw club hierop gaat reageren? Kan je wat extra ondersteuning gebruiken? Contacteer dan jouw preventiewerker tabak, alcohol en andere drugs: <http://www.vad.be/> doorverwijsgids ('preventie' aanduiden en gemeente van de sportclub ingeven). Samen kun je dan kijken hoe de preventiewerker kan helpen. De preventiewerker kan je bijvoorbeeld ondersteunen bij het opstellen van regels met de werkgroep of met een toetsing achteraf.

AAN DE SLAG

Roep je werkgroep nog eens samen.
Jullie kunnen de klus in één keer klaren.
Voorzie daarvoor een tweetal uur.

Neem er de clubvisie rond alcohol
en drugs bij. Projecteer ze, lees ze
luidop voor, en/of geef elk lid van de
werkgroep een kopie. De visie is het
startpunt. De opgestelde regels zorgen
er immers voor dat die visie realiteit
wordt. Voor het opstellen van een visie
rond alcohol en drugs, zie Handleiding
Alcohol en Drugvisie, onderdeel van
Sportivos Zilver.

Je vindt ze hier:

[http://www.vad.be/materialen/detail/
sportivos-zilver---handleiding-alcohol--
en-drugvisie](http://www.vad.be/materialen/detail/sportivos-zilver---handleiding-alcohol--en-drugvisie)



LET'S DO IT

REGELS **OVER ALCOHOL**

De werkgroep brengt drie aspecten van alcoholgebruik binnen de sportclub in beeld: namelijk **WAAR**, **WANNEER** en door **WIE** er alcohol gedronken wordt in de club. De werkgroep evalueert deze drie aspecten. Vervolgens stelt de werkgroep regels en procedures op om enkel de situaties over te houden die oké bevonden zijn.

Bij elk aspect vind je in deze brochure een voorbeeld, enkele tips en wetenschappelijke onderbouwing om rekening mee te houden. Op basis daarvan doen we een voorstel van enkele goede algemene regels. Misschien kun je deze regels overnemen of zijn er maar kleine aanpassingen nodig en ben je toch al goed op weg met je eigen reglement.

2

WAAR?
WANNEER?
WIE?

2

WAAR WORDT ER ALCOHOL GEDRONKEN?

STAPPENPLAN

1.

In kaart brengen van het eerste aspect: waar wordt er alcohol gedronken?

Maak een plattegrond van jullie sportclub en de omgeving. Teken ze zelf of maak een foto van een 'maps' applicatie.

2.

Duid aan waar er op dit moment soms alcohol wordt gedronken op de club.

3.

Stel de vraag of alcohol volgens de Alcohol- en Drugvisie thuishoort op de plaatsen die je hebt aangeduid:

- **Wat?** Zijn er al problemen geweest op bepaalde plaatsen (bekijk hiervoor ook je registratieformulier – zie werkwijzer A&d-coach)?
- **En dan?** Vind je het als club positief dat daar alcohol gedronken wordt? Strookt het met de visie die jullie hebben rond alcohol?
- **En nu?** Kun je er als club iets aan doen?

HOUD HIERMEE REKENING

Alcohol die verkocht wordt om te gebruiken op andere plaatsen dan de kantine geeft sneller aanleiding tot agressie, ongelukken, etc. Bovendien kan het drinken in besloten groep (zoals in de kleedkamer bijvoorbeeld) druk leggen op jongeren die eigenlijk niet van plan waren alcohol te drinken om toch te drinken. Jongeren die spelers van de eerste ploeg of andere rolmodellen zien drinken, terwijl ze zelf aan het trainen zijn bijvoorbeeld, zijn sneller geneigd ook alcohol te beginnen drinken. Dat lijkt misschien niet zo erg, maar hoe vroeger men voor de eerste keer alcohol drinkt, hoe groter de risico's zijn op een latere alcoholproblematiek.

En vergeet ook de inkomsten van de kantine niet! Enkel in de kantine drinken bevordert niet enkel sociale controle. Ze zorgt er ook voor dat leden en supporters met een hart voor de club financieel hun steentje bijdragen.

WAAR WORDT ER ALCOHOL GEDRONKEN? **VOORBEELD**

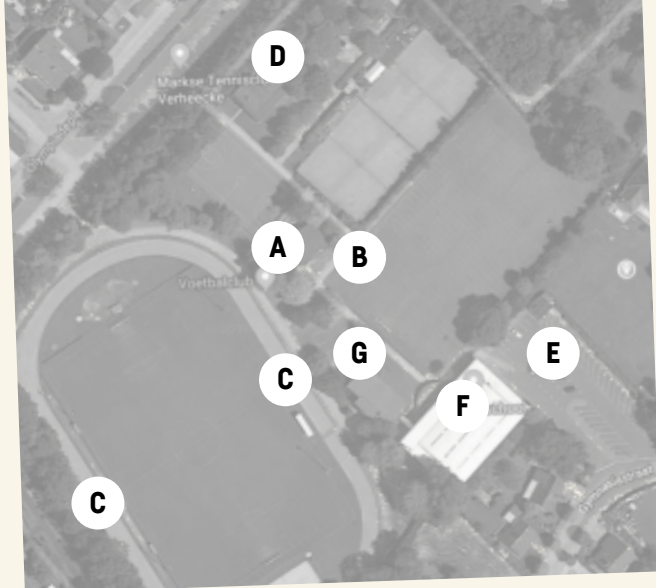
De situatie

In onderstaand voorbeeld maakt een voetbalclub de oefening op een sportcomplex dat ze ook deelt met andere sportclubs. In hetzelfde complex zijn er ook een dojo, een sporthal en een tennisclub.



2

WAAR WORDT ER ALCOHOL GEDRONKEN? VOORBEELD



Waar?	Wat?	En dan?	En nu?
A	In de voetbalkantine en op het terras waar het merendeel van de geconsumeerde alcohol wordt gedronken. Soms zijn er dan ook kleine onregelmatigheden.	Alcohol mag erbij horen in de kantine. Ook voor onze omzet is het belangrijk!	Geen nieuwe regel, barmedewerker getraind om te voorkomen/mee om te gaan
B	Aan de zijlijn van het trainingsveld: spelers en/of trainer staan er niet achter dat er zichtbaar alcohol wordt gedronken terwijl anderen aan het trainen zijn. De volwassen teams die aan het trainen zijn passeren soms eens om een slokje mee te drinken met de supporters.	Voor de oudere spelers is het negatief voor de prestaties en de teamspirit. Voor de jongste spelers is het geen sportief voorbeeld.	Opnemen reglement: dronkenschap beperken door alcohol niet overal toe te laten.
C	Aan de zijlijn en op tribunes van het matchveld: in het heetst van de strijd zijn er soms opstootjes. Vaak mensen die al een tijdje rondhangen vanaf de wedstrijd van de kleintjes tot en met de wedstrijd van het eerste team.	Gespannen supporterssfeer of 'ambetanteriken'. Niet positief voor spelers en merendeel van supporters.	Opnemen reglement: dronkenschap beperken door niet alcohol overal toe te laten
D	Aan de bar van de tennisclub: Daar is tijdens onze trainingen en wedstrijden ook vaak alcohol te krijgen. We hebben afgesproken dat we dezelfde prijzen hanteren.	Niet positief voor onze omzet als ze daar gaan drinken. Wij hebben geen invloed op deze bar, maar kunnen wel vragen aan leden om enkel bij ons hun centen te verteren.	Opnemen reglement: drink bij ons
E	Op de parking: als we afspreken voor de uitwedstrijden en na het carpoolen wordt er soms zelf meegebrachte alcohol gedronken op de parking. Er wordt gedacht dat er na de carpool weleens iemand die eigenlijk te veel heeft gedronken achter het stuur kruipt voor het laatste stukje naar huis.	Niet positief voor veiligheid, en zelfde als hierboven: drink in de kantine. Parkingpintjes zijn niet nodig en zelfs negatief voor lawaai en imago club.	Opnemen reglement: drink bij ons; sociale controle
F	Aan de bar van de sporthal:	idem als tennisclub	Opnemen reglement: drink bij ons
G	Kleedkamers van de voetbal: na een wedstrijd, soms ook na training. Er staan vaak veel meer pinten klaar dan er spelers zijn. Daardoor duurt het langer eer ze in de kantine komen. Sommigen, zeker degenen die zwaar zweten tijdens het sporten, zijn al wat tipsy tegen dat ze buiten komen. De netheid van de kleedkamers lijdt er ook onder (achtergebleven blikken of kapotte flesjes). En achteraf is het nooit iemand geweest.	Bij te veel kleedkamerpintjes veel negatieve aspecten voor groepsgebeuren in kantine, netheid kleedhokjes, dronkenschap en groepsdruk	Opnemen in reglement: aantal drankjes in kleedkamer begrenzen en vrije keuze aanmoedigen met aanbod van niet-alcoholische alternatieven

WAAR WORDT ER ALCOHOL GEDRONKEN? **VOORBEELD**

2

De regels

- Zij die een hart hebben voor onze club, drinken enkel wat ze kopen in onze kantine. Ook geen meegebrachte dranken van thuis, van de winkel of de frituur.
- Alcohol hoort enkel thuis in de kantine, mits enkele uitzonderingen:
 - Supporters mogen bier meenemen naar de zijlijn van het veld, maar enkel tijdens de matches van ploegen met uitsluitend meerderjarige spelers. Bij ploegen met minderjarige spelers blijft alcohol in de kantine of op het terras.
 - Na een wedstrijd mag er één alcoholisch drankje in de kleedkamers gedronken worden (van de kantine gehaald!), maar er is altijd een aantrekkelijk niet-alcoholisch alternatief voorhanden voor slimme sportievelingen die na de inspanning eerst willen hydrateren.

WANNEER WORDT ALCOHOL GEDRONKEN?

STAPPENPLAN

1.

In kaart brengen van het tweede aspect: wanneer wordt er alcohol gedronken?

Maak een weekoverzicht van jullie clubactiviteiten. Baseer je op een doorsnee week met alle wekelijkse trainingen, vergaderingen, wedstrijden, onderhoudsbeurten, etc.. Maar voeg er ook gelegenheidsactiviteiten aan toe: etentjes, clubuitjes, teambuildings, fuiven, toernooien, stages, enz. Als de week wat druk wordt, opteer dan voor 2 weken of een maandoverzicht.

2.

Duid met een marker in het weekoverzicht aan wanneer er alcohol wordt gedronken in clubverband

3.

Stel de vraag of alcohol volgens de Alcohol- en Drugvisie thuishoort op de momenten die je hebt aangeduid:

- **Wat?** Zijn er al problemen geweest op bepaalde momenten (bekijk hiervoor ook je registratieformulier – zie werkwijzer A&d-coach) of kunnen er hier in de toekomst problemen ontstaan?

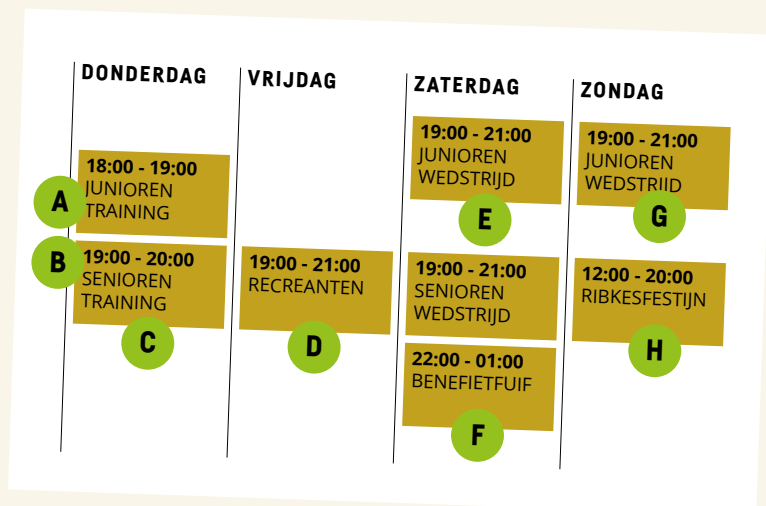
- **En dan?** Vind je het als club positief dat er dan alcohol gedronken wordt? Strookt het met de visie die jullie hebben rond alcohol?
- **En nu?** Kan je er als club iets aan doen?

HOUD HIERMEE REKENING

Best wacht je zo lang mogelijk met het drinken van alcohol na de training of een andere fysieke inspanning. Alcohol heeft een nadelige invloed op het herstellvermogen en de hydratatie van het lichaam. Ook alcohol drinken voor het sporten is geen goed idee. Het verhoogt namelijk het risico op blessures omdat de pijngrens hoger ligt en je je roekelozer gedraagt. Bovendien zullen spieren ook sneller verkrampen en opgelopen blessures zullen heviger zwellen of bloeden.

Bedenk ook wat de toegevoegde waarde is voor club en kantine van die 'laatste pinten' van de avond in termen van gezelligheid en inkomsten. Misschien kan de kantine net iets vroeger dicht of vanaf een bepaald uur overschakelen op enkel alcoholvrij. Zo komen bezoekers veiliger thuis, kan de barwerker op beide oren slapen en lijdt de club of kantine geen reële financiële schade.

WANNEER WORDT ER ALCOHOL GEDRONKEN? VOORBEELD



Wanneer?

Wat?

En dan?

En nu?

A

De **oudere ploegen komen** soms toe terwijl de vorige ploeg nog aan het trainen is. Sommigen drinken dan in afwachting van de training iets alcoholisch in de kantine. Nog vroeger komen leidt soms tot een tipsy training.

Alcohol drinken voor de sportactiviteit is niet positief, maar kantinebezoek is wel aangeraden

Reglement: spelers drinken voorafgaand aan een training of match enkel non-alcoholische dranken.

B

Als de **allerjongsten trainen**, blijven de ouders soms hangen en drinken een paar pinten aan de zijlijn.

Op zich geen probleem, alleen is dit wel in het zicht van alle toekomstige kampioenen en niet alle ouders zijn hiermee akkoord.

Reglement middenweg: alcohol in kantine houden bij ploegen onder bepaalde leeftijd zodat het niet in het zicht komt van de jonge spelers

C

Na donderdagtraining van de eerste ploeg wordt er soms stevig ingevlogen. Dan doen zich vaak opstootjes of discussies tussen leden/sporters voor.

Soms drinkt iemand eens meer dan gepland, maar wel belangrijk voor teamspirit eerste ploeg. Toch ook negatief effect op herstel na training ifv match weekend.

Binnen opleiding barmedewerker om excessen te voorkomen/mee om te gaan.

In reglement opnemen: rustpauze alcohol na sport voor eerste ploeg ifv herstel

D

Op vrijdag **spelen de recreanten** hun programma en dat betekent ook vaak een goeie omzet aan de bar. Zowel voordien als achteraf.

De sportieve prestaties zijn ondergeschikt aan fun, want daarvoor zijn het ook recreanten, hoewel sommigen toch graag meer focus zouden willen van het hele team.

Middenweg in reglement; voor alle sporters gelijk; geen alcohol voor de sportactiviteit

E

Op zaterdag trainen de miniemen kort na de middag. Het gebeurt dat er volk in de kantine blijft **hangen tot de wedstrijd van de eerste ploeg 's avonds**.

Soms geeft het een bedenkelijke 'supporterssfeer'.

Binnen opleiding barmedewerker om excessen te voorkomen/mee om te gaan

F

Op de **benefietfuif** aan begin van seizoen drinkt de meerderheid verschillende glazen alcohol.

Meestal blijft het wel gezellig

Idem E

G

Op **zondag spelen alle jeugd ploegen**, de ene week thuis, de andere week uit. Van 's morgens wordt er alcohol gedronken.

Voor sommigen is dat merkbaar te veel en dat vinden sommige sympathisanten vervelend of ongezellig.

Idem B

H

Op ons **ribbikesfestijn** op het eind van het seizoen wordt er ook stevig gedronken. De hele club neemt deel.

Meestal blijft het wel gezellig

Idem F

WANNEER WORDT ER ALCOHOL GEDRONKEN? **VOORBEELD**

De regels

- Sporters drinken nooit alcohol voor een training of wedstrijd, maar zijn natuurlijk wel altijd welkom in de kantine.
- Voor en tijdens trainingen of wedstrijden van ploegen met spelers onder 16 jaar kan er enkel binnen in de kantine alcohol gedronken worden, zodat het niet zichtbaar is vanop het veld.
- Sporters van onze eerste ploeg drinken tot een uur na de match geen alcohol om hun lichaam te laten hydrateren.



WIE DRINKT ALCOHOL?

STAPPENPLAN

1.

In kaart brengen van het derde aspect: wie drinkt alcohol?

Kijk naar jullie sportclubkaart en sportclubweek en maak een lijst van alle verschillende betrokkenen. Noem geen personen bij naam, maar geef in de lijst de naam van de functie die die personen op dat moment hebben (bijvoorbeeld supporters, trainers, ...)

2.

Markeer wie van deze personen en groepen in clubverband alcohol drinkt.

3.

Stel de vraag of alcohol volgens jullie Alcohol- en Drugvisie thuis hoort bij de functies die die personen op dat moment uitoefenen.

- **Wat?** ZWas het al zo dat iemand zijn verantwoordelijkheden niet kon opnemen door alcoholgebruik (bekijk hiervoor ook je registratieformulier – zie werkwijzer A&d-coach) of kunnen er hier in de toekomst problemen ontstaan?

- **En dan?** Vind je het als club positief dat bepaalde personen of groepen alcohol drinken? Strookt het met de visie die jullie hebben rond alcohol?
- **En nu?** Kan je er als club iets aan doen?



WIE DRINKT ALCOHOL? HOU HIERMEE REKENING

HOUD HIERMEE REKENING

Kinderen en jongeren die ouders, vrienden of rolmodellen zien drinken, beginnen zelf ook vroeger alcohol te drinken en drinken later meer alcohol. Al vanaf tweejarige leeftijd beginnen kinderen met het vergaren van alcoholkennis. Vanaf vier jaar beginnen ze te begrijpen wat alcohol is en ze bepaalde verwachtingen krijgen over de effecten ervan.

Jongeren onder de 18 jaar drinken best geen alcohol. De ontwikkeling van de hersenen duurt zelfs voort tot men ongeveer 24 jaar is. Overmatig alcoholgebruik voor die leeftijd geeft een groter risico op blijvende hersenschade in termen van geheugen en aandacht. Hierdoor werd de nieuwe alcoholrichtlijn aangepast naar 'jongeren onder de 18 jaar drinken best geen alcohol'. Uiteraard kan de club beslissen of ze de wetgeving volgt (16 jaar) of zelf strengere regels oplegt (18 jaar) in het belang van bijvoorbeeld de sportprestaties.

Alcohol drinken heeft voor **sporters** een negatief effect op de uithouding.

Door alcoholgebruik achter de bar, kunnen de gezondheid, veiligheid en productiviteit van de **kantinemedewerker** en zijn omgeving (de sporters en de supporters) in het gedrang komen. De kantinemedewerker wordt minder alert en kan moeilijker risico's inschatten. Dat geldt uiteraard voor alle personen met een verantwoordelijkheidspositie.

Studies tonen ook dat een **bestuurder** die drie alcoholconsumpties dronk anderhalve keer meer risico loopt op een ongeval dan een nuchtere bestuurder. Bij 6 glazen is er al sprake van 4 keer meer kans.

Uit onderzoek blijkt dat dronken **supporters** vaak verbaal of fysiek agressief zijn omdat alcohol de remmingen wegneemt. Meer nog, een meerderheid van de mensen vindt dronken supporters vervelend en sommigen geven dit als reden aan om weg te blijven van sportevenementen.

2

WIE DRINKT ALCOHOL? VOORBEELD



<i>Wie?</i>	<i>Wat?</i>	<i>En dan?</i>	<i>En nu?</i>
Minderjarige sporters (-16)	We denken dat zij op de club geen alcohol drinken/krijgen	Positief, houden zo.	Binnen opleiding barmedewerker.
Minderjarige sporters (16-18)	Ze weten dat ze bier krijgen vanaf 16 en maken daar gretig gebruik van.	We hebben al jonge dronken spelers meegemaakt. Eenmaal ging onverwachts bij zo een jonge gast het licht even uit.	Clubregel voor jongste spelers: vanaf 18 jaar. Ook makkelijker voor de barmedewerkers. Zij krijgen opleiding om de excessen te voorkomen.
Eerste ploeg	Blijven stevast in de kantine hangen na een wedstrijd. Er wordt weinig gecarpoold en sommigen drinken misschien iets te veel als ze de baan op gaan.	Gevaarlijke situatie en niet positief voor clubimago.	Regel: opleiding barmedewerker en ondersteuning alternatief vervoer/ carpool in de club.
Man/vrouw van de match	Krijgt bierbonnetjes van de club	Niet positief voor vrije keuze dat het enkel bier is.	Eens kijken voor andere incentives? Hoort niet in regels thuis.
Recreanten	De lijn van de club, de gezelligheid, de omzet in kantine. Laten zich vaker rijden door zoon/ dochter/vrouw.	Positief voor sfeer, soms onveilige situaties op de weg en negatief voor imago.	Regel dat er niet dronken wordt gereden, laat staan gecarpoold.
Ouders	Sommige ouders drinken alcohol als ze nog moeten rijden met spelertjes.	Onveilig, maar ouders wel belangrijk om in de club te hebben voor de sfeer.	Regel voor veiligheid en ondersteuning voor ouders die instaan voor carpoolende spelertjes. Extra gesoigneerd in onze bar met koffie.
Chauffeurs van sporters / carpoolers	Drinken bier, de barmedewerker kan niet weten wie deze keer de chauffeur is.	Niet positief voor veiligheid en imago.	Idem recreanten.
Trainers	Drinken soms bier terwijl spelers zich omkleden voor training.	Niet positief als rolmodel voor kinderen en jongeren.	Regel voor iemand in functie.
Scheidsrechters	Drinken enkel na wedstrijden.	Positief, houden zo.	Regel voor iemand in functie.
Délégés	Drinken alcohol tijdens wedstrijddagen met de ouders en sympathisanten van de club. We hebben al eens dronken délégués gehad die hun taken tijdens de wedstrijd niet meer naar behoren konden uitvoeren.	Niet positief voor imago.	Regel voor iemand in functie.

WIE DRINKT ALCOHOL? VOORBEELD

VERVOLG

<i>Wie?</i>	<i>Wat?</i>	<i>En dan?</i>	<i>En nu?</i>
Conciërge/ onderhoud infrastructuur	Zien conciërge soms blikjes bier drinken in zicht van jeugd.	Geen positief rolmodel voor jeugd.	Maar is personeel van stad dus daarop kunnen wij niet veel invloed uitoefenen.
Barmedewerker	Drinken mee met de klanten.	Positief voor gezelligheid, negatief voor veiligheid.	Regel voor iemand in functie.
Bestuursleden	Op elke bestuursactiviteit is er keuze voor alcohol. Bij lange vergaderingen is dat contraproductief voor heldere beslissingen.	Positief voor gezelligheid, negatief voor besluitvoering.	Regel voor iemand in functie.
Supporters	Op wedstrijddagen zijn er al supporters geweest, zowel van thuisploeg als bezoekers, die iets te lang in de zon stonden en iets te diep in het glas keken. Soms agressieve manier van supportereren als gevolg.	Negatief voor sfeer.	Regel voor dronken supporters.

De regels

- Hoewel de wetgeving in ons land zegt dat er bier en wijn mag geschonken worden vanaf 16 jaar, mogen spelers op onze club pas alcoholische dranken drinken vanaf 18 jaar.
- Dronken supporters worden op onze club niet getolereerd.
- Chauffeurs die van onze club vertrekken hebben nooit meer op dan het wettelijke maximum.
- Carpoolers kiezen in onze club een bob. Bob drinkt deze keer niets en laat zich door een andere bob rijden de volgende keer.
- Iedereen die een verantwoordelijke functie heeft binnen onze club, moet altijd in staat zijn om zijn taken uit te voeren. Trainers, scheidsrechters, bestuursleden en andere sportieve en technische omkadering drinken geen alcohol voor of tijdens hun sportsessie/taak/vergadering. Ook nadien blijven ze een rolmodel voor de jongeren en het uithangbord van de club.

3

REGELS **OVER DRUGS**

Aangezien het gebruik van drugs illegaal is in België, vormt elk gebruik binnen de club in principe een probleem.

De wetgeving hierrond vind je in de brochure 'Alcohol en drugs in de sportclub: wat zegt de wet?' (<http://www.vad.be/materialen/detail/sportivos-brons---materialen-voor-de-sportclub>).

Toch kan de club subtiel afbakenen tot waar ze betrokkenheid wil tonen. Enkel wat gebeurt binnen de clubinfrastructuur? Alles wat gebeurt in clubverband? Of gaat het zelfs verder en wil de club betrokkenheid tonen bij wat sporters/leden doen naast de club?

HOUD HIERMEE REKENING

Aangezien bezit of gebruik van illegale drugs geen 'aanslag tegen de openbare veiligheid, op iemands leven of eigendom' is, is er is geen verplichting om zelf vastgesteld bezit of gebruik aan te geven bij de politie. Wie drugs dealt, pleegt volgens de wet wél een aanslag op het leven (in brede zin: de gezondheid) van iemand anders. Hier is aangifte dus wel wettelijk voorzien. Het gaat wel degelijk om feiten die je zélf vaststelt. Een vermoeden of gerucht is niet voldoende.

VOORBEELD

Verskillende regels met kleine nuanceverschillen:

- Gebruik van illegale drugs is in clubverband niet toegestaan.
- Gebruik, bezit of handel van illegale drugs is op infrastructuur van de club niet toegestaan.
- De club tolereert geen illegaal druggebruik van zijn leden, noch in clubverband, noch daarbuiten.

ALCOHOL- EN DRUG

REGLEMENT



STAPPENPLAN

1.

Alle regels olijsten.

Verzamel alle regels rond alcohol en drugs die jullie maakten in een tabel (voorbeeld in bijlage, zie p. 22).

2.

Regels samenvoegen

Kijk eerst of er regels zijn die kunnen samengevoegd worden tot één algemene regel. Voeg ze samen en schrap de aparte regels. Het is beter en duidelijker voor iedereen om enkele algemene regels over te houden dan heel veel specifieke regeltjes. Hou er rekening mee dat de regels gecommuniceerd worden naar de supporters. Enkele concrete regels zijn meestal voldoende en zijn ook makkelijker te communiceren.

Bijvoorbeeld:

- Een barmedewerker mag niet dronken zijn.
- Een bestuurslid is niet dronken bij een clubactiviteit.
- Een trainer is niet dronken tijdens een trainersactiviteit.

- » Deze regels zou je kunnen veralgemenen tot 'in onze sportclub wordt dronkenschap bij het uitoefenen van iemands verantwoordelijkheden niet getolereerd'.

3.

Integreren in reglement

Neem het reglement erbij en kijk naar de regels die er nu in staan. Als er regels in staan rond alcohol en drugs, kijk je of alles ook binnen de nieuwe regels valt. Check ook of er geen nieuwe regels zijn die in tegenspraak zijn met andere regels uit jullie clubreglement. Zoek naar consensus en doe aanpassingen. Geef de nieuwe regels een plek in jullie algemene clubreglement.

ALCOHOL- EN DRUG REGLEMENT VOORBEELD

Definitieve regels (aanpassingen in groen)

Aanpassingen

1	Zij die een hart hebben voor onze club, drinken enkel wat ze kopen in onze kantine. Geen meegebrachte dranken van thuis, winkel, frituur of andere bars.	
2	Alcohol hoort enkel thuis in de kantine, mits enkele uitzonderingen: A. Supporters mogen bier meenemen naar de zijlijn van het veld, maar enkel wanneer meerderjarige ploegen matches spelen. Bij minderjarige ploegen blijft alcohol in de kantine of op het terras. B. Na een wedstrijd mag er één alcoholisch drankje in de kleedkamers gedronken worden (van de kantine gehaald!), maar er is altijd een aantrekkelijk niet-alcoholisch alternatief voorhanden voor slimme sportievelingen die na de inspanning eerst willen hydrateren. De eerste ploeg wacht minstens een uur met alcohol na een training of match.	
3	Sporters drinken nooit alcohol voor een training of wedstrijd. Ze steunen wel de club(sfeer) en drinken een dorstlessende mocktail, koffiespecialiteit of iets anders in de kantine.	
4	Voorgaande aan en tijdens trainingen of wedstrijden van miniemen, kadetten wordt er geen - vanop het veld zichtbaar - alcohol gedronken. Op die tijdstippen kan er enkel binnen in de kantine alcohol gedronken worden.	Zit al in regel 2a.
5	Sporters van onze eerste ploeg drinken tot een uur na de match geen alcohol om hun lichaam te laten hydrateren.	Regel samen te voegen met regel 2b – uitzondering dus voor eerste ploeg en geen drank in kleedkamers.
6	Hoewel de wetgeving in ons land zegt dat bier en wijn mogen geschonken worden vanaf 16 jaar, mogen spelers op onze club pas alcoholische dranken drinken vanaf 18 jaar.	
7	Dronken supporters worden op onze club niet getolereerd.	
8	Chauffeurs die van de club vertrekken hebben nooit meer op dan het wettelijk minimum. Chauffeurs van carpoolers drinken helemaal geen alcohol, en laten zich de volgende keer veilig thuisbrengen.	
9	Chauffeurs die van onze club vertrekken hebben nooit meer op dan het wettelijke maximum.	Samenvoegen met regel 8: alleen rijden = wettelijk minimum van 5 promille, met anderen rijden = niks.
10	Iedereen die een verantwoordelijke functie heeft binnen onze club, moet altijd in staat zijn om zijn taken uit te voeren. Trainers, scheidsrechters en andere sportieve en technische omkadering drinken geen alcohol voor of tijdens hun sportsessie/taak. Ook nadien blijven ze een rolmodel voor de jongeren en het uithangbord van de club.	
11	Gebruik van illegale drugs is in clubverband niet toegestaan.	

Zo houden we 8 duidelijke en samenhangende regels over om op te nemen in het reglement.

PROCEDURES **OPSTELLEN**

Voor elke regel moet er een duidelijke procedure komen. Als er (vermoeden van) regelovertreding is, moet elke betrokkene weten wat zijn of haar verantwoordelijkheden zijn en wat de gevolgen zijn.

STAPPENPLAN

Wie doet wat?

Neem er de tabel met opgestelde regels bij. Overloop elke regel aan de hand van de richtvragen en noteer de antwoorden op de juiste plaats in de tabel. Zorg ervoor dat niet iedereen door elkaar zijn mening geeft en voorzie voldoende ruimte voor discussie.

- Wat kunnen de leden doen?
- Wie is verantwoordelijk om erop toe te zien dat de regels nageleefd worden?
- Wat kan de verantwoordelijke doen bij overtreding?
- Welk gevolg wordt er gegeven?

PROCEDURES OPSTELLEN **HOUD HIER REKENING MEE**

HOUD HIERMEE REKENING

Niet iedereen die illegale drugs gebruikt, komt daarmee per definitie in de problemen. Of iemand in de problemen komt, hangt af van een samenspel van factoren van de persoon, zijn omgeving en de drug zelf. Het is wel zo dat de kans op gedragsverandering groter is naarmate problemen sneller worden opgemerkt en aangepakt (bijvoorbeeld begeleiding van experimenterende jongeren, ondersteunen van ouders). Zo kunnen ergere problemen in de toekomst vermeden worden. Hier is het sociaal netwerk van belang, omdat zij vaak als eerste gedragsveranderingen opmerken.

Daarenboven is het sociaal netwerk ook van belang als positieve motor voor gedragsverandering. Als de sportclub dus een positieve omgeving is voor iemand met beginnende problemen, kan deze van vitaal belang zijn om escalatie te voorkomen of zelfs om voor een positieve omslag te zorgen.

Zorg zo veel mogelijk voor een gedeelde verantwoordelijkheid bij het opvolgen van de regels. Zo kan groepsdruk ook ingezet worden als een erg positieve dynamiek waarbij iedereen elkaar mee naar omhoog trekt. Toch zijn er ook altijd eindverantwoordelijken nodig voor wanneer er discussie ontstaat.

PROCEDURES OPSTELLEN VOORBEELD REGELS MET PROCEDURES

<i>Regels</i>	<i>Leden</i>	<i>Verantwoordelijke</i>	<i>Acties bij overtreding</i>	<i>Gevolg</i>
1 Zij die een hart hebben voor onze club, drinken enkel wat ze kopen in onze kantine. Geen meegebrachte dranken van thuis, winkel, frituur of andere bars.	Leden worden aangemoedigd anderen op deze regel te wijzen.	Barbediende, met back-up van aanwezige bestuursleden.	Aanspreken en vragen weg te steken of af te geven.	Bespreken op bestuur bij terugkomende overtredingen. Registreren op registratieformulier a&d-coach.
2 Alcohol hoort enkel thuis in de kantine, mits enkele uitzonderingen: A. Supporters mogen bier meenemen naar de zijlijn van het veld, maar enkel wanneer meerderjarige ploegen matches spelen. Bij minderjarige ploegen blijft alcohol in de kantine of op het terras. B. Na een wedstrijd mag er één alcoholisch drankje in de kleedkamers gedronken worden (van de kantine gehaald!), maar er is altijd een aantrekkelijk niet-alcoholisch alternatief voorhanden voor slimme sportievelingen die na de inspanning eerst willen hydrateren. De eerste ploeg wacht minstens een uur met alcohol na een training of match.	A. Leden worden aangemoedigd anderen op deze regel te wijzen. B. (Ploeg)leden vragen actief om niet-alcoholisch alternatief als dat ontbreekt. Leden melden excessen actief aan A&d-coach.	A. Délégué en andere bestuursleden B. Trainer en ploegkapitein	A. Aanspreken en op regel wijzen B. Voorzien in niet-alcoholisch, wat te veel is aan alcohol verwijderen	A. en B. Bespreken op bestuur bij terugkomende overtredingen. Registreren op registratieformulier a&d-coach.
3 Sporters drinken nooit alcohol voor een training of wedstrijd. Ze steunen wel de club(sfeer) en drinken een dorstlessende mocktail, koffiespecialiteit of iets anders in de kantine.	Ploegleden sporen elkaar actief aan geen alcohol te drinken voordien	Trainer en kapitein	Aanspreken en op regel wijzen, iets niet-alcoholisch aanraden	A&D-coach heeft gesprek met betrokkene op basis van aangeleerde procedure uit de vorming
4 Hoewel de wetgeving in ons land zegt dat bier en wijn mogen geschonken worden vanaf 16 jaar, mogen spelers op onze club pas alcoholische dranken drinken vanaf 18 jaar.	Leden wijzen elkaar hierop wanneer niet nageleefd	Barmedewerker met back-up van aanwezig bestuur	Procedure verantwoord alcohol schenken toepassen met drempel van 18 jaar ipv 16 jaar.	Besproken op bestuur indien herhaling van inbreuken. Registreren op registratieformulier a&d-coach.

PROCEDURES OPSTELLEN VOORBEELD REGELS MET PROCEDURES

VERVOLG

<i>Regels</i>	<i>Leden</i>	<i>Verantwoordelijke</i>	<i>Acties bij overtreding</i>	<i>Gevolg</i>
5 Dronken supporters worden op onze club niet getolereerd.	Leden melden aan a&d-coach/bestuur en gaan niet in discussie op moment zelf.	Délegué, a&d-coach, bestuur, barmedewerker.	Verantwoord alcohol schenken toepassen.	Registreren op registratieformulier a&d-coach. Besproken op bestuur indien herhaling van inbreuken. A&d-coach spreekt persoon nadien aan.
6 Chauffeurs die van de club vertrekken hebben nooit meer op dan het wettelijk minimum. Chauffeurs van carpoolers drinken helemaal geen alcohol, en laten zich de volgende keer veilig thuisbrengen.	Leden wijzen elkaar hierop wanneer niet nageleefd	Barmedewerker met back up van aanwezig bestuur	Procedure verantwoord alcohol schenken met focus op chauffeurs. Acuut: alternatief vervoer regelen.	Registreren op registratieformulier a&d-coach. Besproken op bestuur indien herhaling van inbreuken.
7 Iedereen die een verantwoordelijke functie heeft binnen onze club, moet altijd in staat zijn om zijn taken uit te voeren. Trainers, scheidsrechters en andere sportieve en technische omkadering drinken geen alcohol voor of tijdens hun sportsessie/taak. Ook nadien blijven ze een rolmodel voor de jongeren en het uithangbord van de club.	Leden melden aan a&d-coach/bestuur en gaan niet in discussie op moment zelf.	Mede-verantwoordelijken bestuur	Acuut taken overnemen.	A&d-coach heeft gesprek met betrokkene op basis van aangeleerde procedure uit de vorming Besproken op bestuur indien herhaling van inbreuken.
8 Gebruik van illegale drugs is in clubverband niet toegestaan.	Leden melden aan a&d-coach/bestuur en gaan niet in discussie op moment zelf.	Trainer, barmedewerker, ander bestuurslid, ploegkapitein afhankelijk van de context op het moment; degene met hoogste verantwoordelijkheid.	Vragen dit niet in clubverband te doen. Acuut kan politie op de hoogte worden gebracht door barmedewerker of verantwoordelijke	Registreren op registratieformulier a&d-coach. A&d-coach heeft gesprek met betrokkene op basis van aangeleerde procedure uit de vorming Besproken op bestuur indien herhaling van inbreuken.

COMMUNICATIE



Wanneer de regelgeving en procedures zijn uitgewerkt, communiceer je ze naar de clubleden, maar ook naar supporters en sympathisanten. De regelgeving over alcohol en drugs is een onderdeel van het clubreglement, integreer ze dan ook in het bestaande clubreglement en communiceer ze steeds binnen dat kader.

Het clubreglement kan best worden gecommuniceerd **bij inschrijving** van nieuwe leden en ook elke keer bij herinschrijving van de bestaande leden. In realiteit is dit vaak aan het begin van het seizoen. Op het inschrijvingsformulier kun je dan bijvoegen dat leden onderschrijven zich te houden aan het clubreglement. Steek er een verwijzing naar het reglement bij op de website en/of geef het mee in hard copy. Doe dit elk seizoen opnieuw, én bij elke nieuwe inschrijving.

In de eerste nieuwsbrief van het seizoen wijd je een stukje aan het bestaan van deze nieuwe regels binnen het reglement. Kader de regels duidelijk binnen de visie die de club heeft op alcohol en drugs en op de algemene toekomst van de club. Omdat jullie de regels op de

algemene visie van de club gebaseerd hebben, zullen de leden ze makkelijker aanvaarden.

Zet het clubreglement op een aparte plek **op de website**. Daar kun je ook de uitleg die je gebruikte in de eerste nieuwsbrief over de connectie tussen de regels die er zijn en de toekomstvisie van de club gebruiken als introductie op het clubreglement. Het is belangrijk dat iedereen het reglement altijd kan inkijken en er anderen naar kan verwijzen.

Bij het eerste evenement van de club waar alcohol gedronken wordt, kun je de nieuwe regels in de kijker zetten. Hang ze op in de kantine, langs het veld of in de fuifzaal. Zo zijn sympathisanten en bezoekers ook op de hoogte en kan de verantwoordelijke actief hiernaar verwijzen als een regel wordt overtreden.

De **'actie voor supporters'** – Sportivos Goud – kan ook een ideale gelegenheid zijn om de nieuwe regels kracht bij te zetten. De a&d-coach kan van de gelegenheid gebruik maken om op basis van zijn registratieformulier gepaste preventieacties te organiseren. De regels die verband houden met de actie voor supporters, zouden voordien, tijdens of na afloop nog eens beklemtoond kunnen worden.