

## Inleiding

Beste lezer

De eerste nieuwsbrief van Drugpreventie Rhode & Schelde is een feit. Via deze weg willen wij u een beter zicht geven op onze werking. In de toekomst zal deze nieuwsbrief twee keer per jaar verschijnen.

In deze nieuwsbrief vindt u informatie over de preventieacties die op til zijn, verslagen van een aantal van onze activiteiten, allerlei nieuwtjes met betrekking tot het luik druggebruik en -preventie,....

Verder zullen wij in ieder nummer een drug in de kijker zetten : ondermeer de werking van het middel, de effecten, de wijze van gebruik,... zullen hierbij toegelicht worden.

Alvast veel leesplezier!!!



Onze locatie in Melle

## Drugpreventie Rhode & Schelde: ons aanbod

Wij richten ons aanbod naar de inwoners van Destelbergen, Melle, Mellebeke & Oosterzele en eveneens naar alle jongeren die binnen deze regio naar school gaan en volwassenen die er werken. Ons aanbod bestaat uit vier luiken : vroeginterventie, het verstrekken van correcte informatie over drugs en druggebruik, preventie en het organiseren van het Lokaal Drugoverleg. Wat is dit nu allemaal concreet?

**1. Vroeginterventie**  
Als je vragen hebt over alcohol- en/of ander druggebruik kan je bij ons terecht. Wij maken graag tijd voor één of meer gesprekken, waarin we samen een antwoord zoeken op jouw vragen. Indien

nodig verwijzen wij door naar andere diensten.

Ook als partner, ouder, familie, vriend of kennis van iemand die alcohol en/of andere drugs gebruikt, kan je bij ons terecht met jouw vragen.

Wij voorzien bovendien ondersteuning voor intermediairen die door hun werk in contact komen met mogelijke risicogroepen. Wij behandelen jouw vragen gratis en in volle vertrouwen.

**Lees verder op p. 2**

### In dit nummer:

Inleiding	1
Drugpreventie Rhode & Schelde: ons aanbod	1
De preventiewerkers	2
"Win gratis drank": De Grote Nuchtere Wedstrijd	2
Drug in de kijker: alcohol	3
Contactgegevens	4
Prikbord	4

Vervolg p. 1

## 2. Correcte informatie

Iedereen kan bij ons terecht voor objectieve en correcte informatie over drugs en druggebruik. Onder drugs verstaan wij zowel legale als illegale middelen.

## 3. Preventie

Indien je vragen hebt bij het ontwikkelen en /of verder uitwerken van een drugbeleid binnen een organisatie, vereniging,

bedrijf (jeugdhuis, OCMW, sportclub, school, ...), dan kan je bij ons terecht.

Ook ondersteunen wij organisaties, verenigingen en bedrijven bij het organiseren van preventie activiteiten.

## 4. Lokaal drugoverleg

We voorzien in elke gemeente een lokaal drugoverleg. Daar komen mensen uit verschillende sectoren samen, om antwoorden

te zoeken voor wat zich in de gemeente afspeelt rond het drugfenomeen. Iedereen die zich positief wil engageren is welkom. Vanuit het lokaal drugoverleg worden preventieactiviteiten opgezet en gedragen.

*Interesse om deel te nemen aan het Lokaal Drugoverleg? Neem gerust contact op met Caroline Vermeersch.*

## De preventiewerkers

### Caroline Vermeersch

- Is in 2000 afgestudeerd als klinisch psychologe aan de KULeuven.
- Heeft een opleiding contextuele therapie gevolgd.



• Heeft reeds 5 jaar mensen met een drugproblematiek begeleid bij KOMPAS in Ieper.

• Sinds september 2005 werkt zij halftijds in het ambulante centrum van De Kiem en halftijds voor Drugpreventie Rhode & Schelde.

### Maya van Zelst

- Is in 2002 afgestudeerd als klinisch psychologe aan de UGent.
- Werkt reeds 5 jaar voor het ambulante centrum van De Kiem.



• Sinds september 2005 werkt zij deeltijds voor Drugpreventie Rhode & Schelde. Na 2,5 jaar werken aan de opstart en de uitbouw van de drugpreventiedienst, kiest zij ervoor om terug volledig voor de Kiem te gaan werken. In de loop van het voorjaar 2008 wordt zij vervangen.



**Gratis Drank!**

www.gratisdrank.be  
Alcohol. Bekijk het eens nuchter.

## De Grote Nuchtere Wedstrijd

Op 24 februari 2007 ging, naar jaarlijkse traditie, in Merelbeke Project 2000 door. Onder de toegestroomde jongeren bevonden zich Maya van Zelst en Caroline Vermeersch, de preventiewerkers van Drugpreventie Rhode & Schelde. Zij kronkelde zich beatsgewijs naar binnen met als doel de drugpreventiedienst van de regio voor te stellen aan de jongeren. Gewapend met de Grote Nuchtere Wedstrijd, welke op poten werd gezet in samenwerking met de Jeugdraad Merelbeke, trachtten onze preventiewerkers de feestgangers te verleiden tot een spelletje.

De jongeren kregen de opdracht om zo snel mogelijk en foutloos een woord in spiegelschrift neer te schrijven. De inzet was niet min: de eerste deelnemer die deze opdracht tot een goed einde bracht, won een bijzonder lekkere, alcoholvrije cocktail!!

Deze actie werd met bruisend enthousiasme onthaald: velen voelden zich geroepen om zich met elkaar te meten tijdens een rondje spiegelen. Bovendien zorgde de projectie van de correcte en de wat minder correcte schrijfsels voor de nodige hilariteit.



Lees verder op p. 3

De heerlijke cocktails waren dan ook veel eerder dan voorzien 'uitverkocht'. Kortom, een actie die zeker voor herhaling vatbaar is.

Organiseer je binnenkort ook een fuif, festival of een evenement en voel je iets kriebelen voor een dergelijke activiteit? Neem dan contact op met de drugpreventiewerkers.



## Drug in de kijker: Alcohol

*Alcohol is tegelijk het meest geconsumeerde én het populairste genotsmiddel. Hieronder in het kort de nodige info over deze 'bekende' harddrug...*

### Alcohol... een verdovend middel...

Alcohol heeft een verdovend effect op de hersenen. Het verdooft in eerste instantie de delen van de hersenen die ons gedrag en onze emoties controleren. Zo komt het dat je je door een kleine hoeveelheid alcohol toch gestimuleerd of ontremd kan voelen. Je kan dan stoutmoediger, actiever of zelfs agressief worden, maar ook zorgeloos, rustig, ontspannen,...

### Alcohol heeft altijd op iedereen hetzelfde effect...

Vaak gaat men er vanuit, dat middelen op iedereen hetzelfde effect hebben. Niets is echter minder waar. De effecten van zowel legale (bv. alcohol) als illegale drugs verschillen naargelang de persoon, de plaats, het moment, de hoeveelheid en de frequentie van het gebruik. Dit is

ook het geval voor alcohol. Of je sneller of trager dronken wordt, hangt af van je lichaamsgewicht en vetmassa, van de snelheid waarmee je drinkt, van het feit of je drinkt op een volle of een lege maag, van hoe gestresseerd of vermoeid je bent en van zoveel meer. Over het algemeen worden vrouwen sneller dronken dan mannen.

### Kan je aan alcohol verslaafd geraken?

Alcohol is nog altijd de meest gebruikte drug in onze westerse maatschappij. Gelukkig slagen de meeste mensen erin om op een verantwoorde en kritische manier met alcohol om te gaan. Een aantal mensen geraakt echter verslaafd aan alcohol. Bij alcoholmisbruik ontstaat zowel lichamelijke als geestelijke afhankelijkheid. De lichamelijke afhankelijkheid uit zich zowel in tolerantie (d.w.z. dat

je steeds meer alcohol nodig hebt om hetzelfde effect te voelen), als in ontweningsverschijnselen als je plots stopt of sterk vermindert met drinken. De geestelijke afhankelijkheid uit zich in het feit dat men alcohol nodig heeft om bepaalde zaken te kunnen of te doen.

### Alcohol en de wet

Dat dronken achter het stuur zitten zware gevolgen kan hebben, weten de meeste mensen waarschijnlijk wel... Maar wist je ook dat je geen alcohol mag schenken aan jongeren onder de 16 jaar en dat ze 18 jaar moeten zijn vooraleer je hen sterke drank mag schenken?



Meer weten  
over alcohol?

[www.druglijn.be](http://www.druglijn.be)

[www.vad.be](http://www.vad.be)

[www.gratisdrank.be](http://www.gratisdrank.be)

### *Alcohol*

#### Mogelijke effecten

- ♣ Blijde of depressieve stemming
- ♣ Luidruchtigheid, meer durven
- ♣ Verstoord inschattingsvermogen (bv. bij het rijden)
- ♣ Overgevoeligheid
- ♣ Roes afhankelijk van de persoon, het middel én de omstandigheden: agressief, ontremd, stil, bekvechten, lachen,...
- ♣ Adem ruikt naar alcohol
- ♣ Wijde pupillen, rood gelaat
- ♣ Zweten en/of braken
- ♣ Spraakstoornissen
- ♣ Verstoord bewegen en handelen
- ♣ Verstoord evenwichtsgevoel



**Stelling:** In een glas bier zit evenveel alcohol als in een glas sterke drank.

Juis... 1 glas bier = 1 glas sterke drank. Dit geldt niet voor streekbieren Deze bevatten door het hogere alcoholgehalte en het groter glas meer alcohol (Bron VAD).

**DRUG**

**PREVENTIE**

**Rhode & Schelde**

Vossenstraat 41b  
9090 Melle

Caroline Vermeersch: 0473/65 65 95  
Maya van Zelst: 0473/65 65 94  
E-mail: [drug.preventie@belgacom.net](mailto:drug.preventie@belgacom.net)

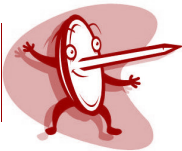
#### Telefonisch:

Maandag: 14.00 - 17.00  
Woensdag: 14.00 - 17.00  
Donderdag: 10.00 - 12.30  
13.00 - 17.00  
Vrijdag: 09.00 - 12.00


#### Permanentie ter plaatse:


Woensdagnamiddag: 14.00 - 17.00  
Donderdagvoormiddag: 10.00 - 12.30  
of volgens afspraak


Drugpreventie Rhode & Schelde is een samenwerking van de gemeenten Destelbergen, Melle, Merelbeke en Oosterzele. Ze geniet de steun van De Kiem, het CAT, het Provinciaal Steunpunt Lokaal Overleg en Vroeginterventie en de Provincie Oost-Vlaanderen



## Prikbord

 Op 8 en 17 oktober organiseerde Drugpreventie Rhode & Schelde een **vorming motiverende gespreksvoering** voor OCMW-medewerkers, leerlingenbegeleiders, graadcoördinatoren,... van secundaire scholen in de regio Rhode & Schelde. Bedoeling was om, naast het theoretisch kader, praktische handvatten aan te bieden in het werken met niet-gemotiveerde jongeren of volwassenen. De vorming werd door alle deelnemers als zeer positief beoordeeld.

 Op 13 oktober organiseerde Drugpreventie Rhode & Schelde i.s.m. de jeugddiensten en jeugdleden van de vier gemeenten **QUIZ-JE-WAKO**, een quiz voor jongeren uit de jeugdbewegingen en jeugthuizen uit de vier gemeenten. In totaal namen er 9 groepen van telkens ongeveer 5 personen deel. Chiro Tel Aviv uit Scheldewindeke sleepte de hoofdprijs in de wacht, een bon van 200 euro in de Mediamarkt. Chiro Scheldering won de 2<sup>o</sup> en voorlaatste prijs en speelplein Tureluur uit Destelbergen werd verdienstelijk 3<sup>o</sup>. We willen alle medewerkers en deelnemers van harte bedanken voor hun enthousiasme.

 De secundaire scholen vormen sinds het opstart van de drugpreventiedienst een prioritaire doelgroep. Echter, vanaf dit schooljaar willen wij extra aandacht besteden aan drugpreventie in het lager onderwijs. Een kennismakingsronde bij alle basisscholen in de zone waarbij we ons aanbod voorstellen, staat dan ook op de agenda voor het schooljaar '07-'08!