



Voetbalvereniging HSC Sappemeer  
opgericht 4 april 1899

## Instructie Verantwoord Alcoholgebruik voor Barvrijwilligers<sup>1</sup>

Onderstaande instructie dient door barvrijwilligers uitgevoerd te worden bij bardiensten. Deze instructie hangt ook zichtbaar in de kantine.

### **Doel van de Drank- en Horecawet:**

1. de verstrekking van alcoholhoudende drank op een verantwoorde wijze reguleren
2. voorkomen van risico's zoals, alcoholgebruik kinderen, overmatig gebruik, ongevallen onder invloed

### **Alcohol bestuursreglement:**

De barvrijwilliger neemt kennis van het "Bestuursreglement Alcoholverstrekking Kantine van Doing", welke in het handboek KANTINE zijn geplaatst. De barvrijwilliger conformeert zich aan de inhoud van deze regels.

### **Belangrijk(ste) regels van de Drank- en Horecawet:**

- Geen **alcoholhoudende drank** verstrekken aan personen **beneden de leeftijd van 18 jaar**
- Aan ouderen mag geen alcohol worden verkocht wanneer deze bedoeld is voor jongeren onder de 18 jaar
- Geen sterke drank verstrekken aan personen beneden de leeftijd van 18 jaar
- Tijdens het verstrekken van alcohol dient er altijd een leidinggevende of barvrijwilliger aanwezig te zijn
- Geen alcohol verstrekken aan personen welke in het kader van hun functie functioneel zijn.

#### **Gedacht wordt hier aan**

- Barvrijwilligers in dienst
- Trainers in dienst
- Teambegeleiders bij junioren
- Vrijwilligers in dienst

De verstrekker van alcohol moet bij twijfel jongeren altijd vragen om een geldig leeftijdsbewijs (paspoort, Ov-studentenkaart, bromfietscertificaat ); De verstrekker is strafbaar als blijkt dat jongeren niet oud genoeg zijn; Jongeren zijn niet strafbaar.

### **Schenkverboden:**

- Geen alcohol verstrekken aan mensen die in kennelijke staat van dronkenschap verkeren
- Geen alcohol verstrekken aan personen waarbij dit mogelijk kan leiden tot verstoring van de orde, veiligheid of zedelijkheid
- Geen mensen toelaten die zichtbaar te veel hebben gedronken of onder invloed van drugs zijn

---

<sup>1</sup> Bron: NOC\*NSF

### **Alcohol en de Wegenverkeerswet:**

- Rijden met een bloedalcoholgehalte van meer dan 0,5 promille (220 µg/l) is strafbaar; dit geldt voor rijden met alle voertuigen !
- De grens van 0,5 promille wordt bereikt na het drinken van 2 a 3 standaardglazen alcoholhoudende drank in ongeveer een uur tijd
- Rijden onder invloed is een MISDRIJF, met alle gevolgen vandien (strafblad);

### **Gevolgen van het niet nakomen van de voorschriften en regels:**

- Gemeente kan vergunning tijdelijk of definitief intrekken
- Politie maakt bij een strafbaar feit proces-verbaal op
- De inspectie (keuringsdienst van waren) kan hoge boetes opleggen (economisch delict)
- De leidinggevende en het bestuur worden aansprakelijk gesteld !

### **Informatie over Alcoholhoudende drank:**

- Elke drank met meer dan een half procent alcohol
- In bier zit meestal 5%; in wijn 12% en in sterke drank 35%
- Alcoholpops: drank met een promillage van 5%, 8% of meer ontstaan uit vruchten en trendy mix-dranken (mixen van bekende sterke dranken en frisdranken)
- De drank- en horecawet maakt onderscheid tussen zwak-alcoholische drank (bevat tot 15% alcohol) zoals bier, wijn en sterke drank (bevat 15% of meer alcohol) zoals whisky, jenever
- Alcohol wordt via de slokdarm, de maag en de dunne darm opgenomen in het bloed en door het lichaam verspreid; zodra de alcohol de hersenen bereikt voel je dat je "onder invloed" bent;
- Een standaardglas alcohol leidt gemiddeld tot een promillage van 0,2 bij mannen en 0,3 bij vrouwen.
- De lever doet ongeveer 1 - 1,5 uur over het afbreken van de alcohol van 1 standaardglas
- De afbraak van alcohol kan niet worden versneld door bijv dansen, koffie of koude douche
- Als je 2 standaardglazen alcohol hebt gedronken ben je minstens 2 uur onder invloed

### **Alcohol en de hersenen:**

#### Vrolijk/ontspannen

- 0 - 0,5 promille: 1 a 3 glazen; opgewekt, afname smaak en reuk

#### Aangeschoten /beschonken

- 0,5 - 1,5 promille: 3 a 7 glazen; opgewonden, agressief, zelfoverschatting

#### Zat/ladderzat

- 1,5 - 3 promille: 7 a 15 glazen; minder zelfkritiek, dubbelzien, misselijk, kans op black-out;

#### Laveloos

- 3 - 4 promille: 15 a 20 glazen; verdoving zintuigen, verwardheid

#### Voor pampus

- Meer dan 4 promille: meer dan 20 glazen; kans op bewusteloosheid; vanaf 5 promille coma en stilstand ademhaling.

### **Nadelige korte termijn gevolgen voor overmatig alcoholgebruik:**

- Nederland telt ruim 200 doden en 3000 ernstige gewonden door alcohol in het verkeer;
- Tijdens het uitgaan: 1 op de 5 jongeren is slachtoffer van alcohol-agressie in een jaar
- Alcoholgebruik van moeder is schadelijk voor het ongeboren kind

### **Nadelige lange termijn gevolgen voor overmatig alcoholgebruik:**

- Maagklachten; leverklachten; afname hersenfuncties; hartklachten; verslaving

**Verantwoord alcoholgebruik:**

- Niet meer dan 2 glazen per dag voor een vrouw
- Niet meer dan 3 glazen per dag voor een man
- Tenminste twee dagen per week geen alcohol
- Geen alcohol bij verkeer, werk, studie en zwangerschap

**Overmatige alcoholgebruik:**

- Meer dan 21 glazen per week voor een man
- Meer dan 14 glazen per week voor een vrouw

**Indicatie alcoholverslaving:**

- Het alcoholgebruik heeft een belangrijke functie ingenomen (afname spanningen, negatieve gevoelens)
- Toename sociaal isolement
- Dagelijks meestal meer dan 7 a 8 glazen
- Voortdurend verlangen om te drinken
- Lichamelijke en geestelijke ontwenningssverschijnselen bij stoppen

Sappemeer, 27 januari 2010

Kantinecommissie