

Scouts met een beperking

## Op kamp met scouts met een beperking



Net als bij iedere andere Scoutinggroep, ga je ook met scouts met een beperking op kamp. Sommige groepen kamperen, sommige gaan op bivak. Je gaat er meestal wel een paar dagen op uit. Misschien heb je hier met jouw groep al jaren ervaring mee opgedaan en ben je op zoek naar een nieuwe uitdaging. Je vindt in dit hoofdstuk ook andere manieren om op kamp te gaan. Verder lees je meer over de ervaringen van Scoutinggroepen die gekampeerd hebben met kinderen en jongeren met een beperking. Als je nog niet eerder op kamp bent geweest, vind je in dit hoofdstuk allerlei praktische tips. De nadruk ligt hier natuurlijk op kamperen met kinderen met een beperking.

De basisinformatie over op kamp gaan is voor scouts met een beperking gelijk aan de reguliere groepen. Je vindt in het handboek *Kamp en bivak* dat je bij de ScoutShop kunt kopen, de belangrijkste aandachtspunten. Verder kun je natuurlijk de kampeertraining volgen. Ten slotte is aan dit hoofdstuk een lijst toegevoegd van pretparken, speeltuinen, zwembaden en excursies die goed toegankelijk zijn voor scouts met een beperking. Jouw tips zijn welkom! Het Landelijk netwerk scouts met een beperking ontvangt ze graag.

### Vorbereiding

#### *Ouders informeren*

Voor sommige ouders/verzorgers is het de eerste keer dat hun kind niet thuis slaapt en mee op kamp gaat. Besteed hier voldoende aandacht aan en ga er niet zomaar aan voorbij. Ook als kinderen vaak mee zijn geweest, is het soms goed om even bij de ouders/verzorgers langs te gaan; zij kunnen je informatie geven over de beperking van hun kind en de medicatie. Tijdens het gesprek kun je het medisch formulier aanvullen (zie hoofdstuk 4) en kun je de bijzondere activiteiten toelichten. Sommige ouders/verzorgers willen hun kind heel erg beschermen. Respecteer hun argumenten, maar leg ook uit waarom je bepaalde activiteiten in het programma hebt opgenomen. Je kunt ook een ouderavond organiseren. Nodig ouders/verzorgers uit voor een informatieavond. Laat foto's, dia's en een video zien van andere zomerkampen. Nodig scouts uit om te vertellen wat zij van de afgelopen kampen vonden. Zo'n avond kan er toe bijdragen dat twijfelende ouders/verzorgers hun mening herzien.

#### *Vorbereiding*

Om je kamp goed voor te bereiden, kun je gebruikmaken van een stappenplan en een draaiboek. In een stappenplan geef je aan welke activiteiten je moet ondernemen in de maanden voorafgaand aan het zomerkamp. In september ga je op zoek naar een accommodatie en maak je de zomerkamperperiode bekend, in maart houd je de ouderavond. In het draaiboek zet je alles wat je moet regelen, van vervoer tot activiteiten, van boodschappen tot verzekeringen tijdens het kamp. Het kampprogramma geef je hier ook een plaats in. Zo kun je 's avonds met de leiding het programma van de volgende dag doornemen aan de hand van het draaiboek. In het handboek *Kamp en bivak* is een heel hoofdstuk gewijd aan de voorbereiding en organisatie van je zomerkamp.

Ook moet je de kinderen voorbereiden op een kamp. Vertel ze wat een kamp is. Sommigen hebben nog nooit niet thuis of in een tent geslapen, Misschien kun je een oefendag of overnachting houden in je gewone jaarprogramma in de aanloop naar het kamp of het thema alvast wat oefenen. Soms hebben kinderen met een beperking heel eigen (vreemde) associaties bij een kamp of elders slapen. Bespreek dit met hen en beantwoord hun vragen.

#### *Verzekeringen*

Sluit een goede reis- en bagageverzekering af. Via Scouts Online kun je de reis- en

bagageverzekering van Scouting Nederland afsluiten. Controleer of alle scouts goed verzekerd zijn voor medische kosten, ook als er in het buitenland iets gebeurt.

'Bij de meeste groepen voor scouts met een lichamelijke beperking worden de tenten door de leiding voor aanvang van het kamp opgezet. Alles staat al klaar als de scouts komen.'

#### *Locatie zoeken*

Hoe vind je een goede (bivak)accommodatie? Een geslaagd kamp staat of valt onder meer met een goede voorbereiding over de accommodatie. Waar wil je heen? Naar de bossen, naar zee, in een woonwijk of juist niet? Op de website van Scouting Nederland kun je accommodaties zoeken. Hier kun je zien of de accommodatie voor jouw scouts toegankelijk is. Het Labelterrein Buitenzorg in Baarn is bijvoorbeeld geschikt voor scouts met een beperking. Ga altijd eerst zelf het terrein bekijken en beoordeel dan of het geschikt is voor jouw scouts.

Verder kun je de *Blauwe Gids* bestellen bij de Nederlandse Branchevereniging Aangepaste Vakanties ([www.nbav.nl](http://www.nbav.nl), 088-33 55 700). Dit is een vakantieboek voor mensen met een beperking. Als je zelf gaat kijken bij een accommodatie kun je de onderstaande checklist meenemen, zodat je niets vergeet! Gebruik ook de checklist die in het handboek *Kamp en bivak* zit:

- Heb je rolstoelers, neem dan iemand mee in een rolstoel om het terrein zelf te ervaren. Zijn er drempels, trapjes, etc. Zijn de slaapzalen niet op zolder, kun je de draai in de wc wel maken, is er verwarming, zijn er voldoende oplaadpunten?
- Bekijk de bereikbaarheid, toegankelijkheid en de bruikbaarheid: kleedruimte, sanitair, keuken, slaapruiimte, speelruimte, bewegingsruimte, ruimte voor eventuele subgroepen).
- Zijn er nooduitgangen, ook voor rolstoelers?
- Mocht het slecht weer zijn op kamp, is er dan ruimte om je te vermaken, ook als je veel (grote, elektrische) rolstoelen hebt?
- Kan er een douchebrancard in de douche-/badruimte staan?
- Let op de inventaris: wasmachine, verwarming, bedden, ziekenhuisbedden. Een wasmachine of -droger is handig wanneer kinderen ('s nachts) niet zindelijk zijn. Mochten er geen (ziekenhuis)bedden zijn, kijk dan of je die wellicht bij het Rode Kruis of de thuiszorg ter plekke kunt huren of lenen. Je kunt misschien ook matjes, veldbedden of stretchers gebruiken.
- Zorg dat je de adressen hebt van de leveranciers van de hulpmiddelen die de kinderen meenemen. Dat is handig in verband met eventuele reparaties. Zet dit ook op het gezondheidsformulier.
- Vraag aan de ouders waar ze bereikbaar zijn tijdens de kampweek. Sommige ouders gaan juist in de week van het kamp ook een weekje weg, met de eventuele andere kinderen. Het is dan noodzakelijk om te weten waar je hen kunt bereiken. Zorg dat je de telefoonnummers bij je hebt van de kinderen die in een tehuis wonen. Zorg dat je ook zelf altijd bereikbaar bent. Je kunt een bepaalde tijd afspreken dat ouders kunnen bellen, bijvoorbeeld 's avonds tussen 21.00 en 22.00 uur.
- Maak een overzicht van alle medicijnen die de kinderen nodig hebben en neem dit overzicht mee op kamp.

#### **Kamperen of blokhut?**

Beveren en welpen zijn over het algemeen nog wat te jong om te kamperen, maar met scouts en explorers kun je kiezen tussen bivakkeren en kamperen. Er zijn regio's waar alle speltakken kamperen. De keuze tussen kamperen en bivakkeren kun je baseren op verschillende argumenten. Er zijn voorbeelden dat kamperen met personen met zware beperkingen – zij het met enige aanpassingen – goed mogelijk is. Aan de andere kant kan bivakkeren zeer comfortabel zijn vergeleken met kamperen. Je hoeft bijvoorbeeld minder spullen mee te nemen, zeker wanneer het clubhuis waar je verblijft over een ingerichte keuken en een slaapzaal beschikt! Maar bedenk ook dat kinderen met een beperking, net als andere kinderen, kamperen vaak prachtig vinden en dat meestal

in gezinsverband niet doen. Kijk van tevoren wat er in de omgeving te doen is, toegespitst op je speltak. Het is leuk als er een zwembad in de buurt is, maar is het ook goed toegankelijk?

Ook hiervoor geldt: ga even kijken. Zijn de kleedhokjes goed toegankelijk, zijn de toiletten aangepast, hoe kom je bij de zwembaden, is de temperatuur van het water warm genoeg, hoe kom je in het water?

### **Het is zover!**

Je programma heb je tot in de puntjes voorbereid, de laatste programmavergadering met je overige teamleden is geweest en het draaiboek is klaar; jullie kunnen op kamp! Toch zul je tegen allerlei onverwachte zaken aanlopen die tijdens het kamp spelen en waar je misschien van tevoren niet aan had gedacht.

### *Het slapen en de nacht*

Bij kinderen met een beperking moet je extra aandacht besteden aan het overnachten. Je moet er altijd rekening mee houden dat de kinderen je ook 's nachts nodig kunnen hebben. De kinderen moeten weten waar de leiding slaapt. Je moet dus een systeem bedenken waardoor kinderen je 's nachts weten te bereiken. Sommige kinderen met een lichamelijke beperking moeten 's nachts een of meer keren naar het toilet geholpen worden. Andere kinderen hebben hulp nodig bij het omdraaien in bed om doorliggen te voorkomen. Soms hebben kinderen 's nachts medicatie nodig. Bij kinderen met een verstandelijke beperking speelt vaak mee dat de omgeving onbekend is, waardoor ze niet naar het toilet durven gaan en bang worden. Voor kinderen die niet eerder op kamp zijn geweest is heimwee soms een probleem. Stel ze gerust en laat ze desnoods een knuffel van huis meenemen.

Je kunt 's nachts bij de kinderen gaan slapen, maar dan altijd met minimaal twee personen. Een nadeel is dat je dan zelf geen plaats meer hebt om je even terug te trekken. En dat heb je gedurende een kampweek vaak wel nodig. Het is voor de kinderen misschien ook minder leuk als je er steeds bij bent. Je kunt elkaar ook afwisselen per nacht. Een andere manier om bereikbaar te zijn voor de kinderen, is een belsysteem. Met een aantal telefoons en een accu is het mogelijk een intern circuit aan te leggen van de tent/slaapzaal waar de leiding slaapt en 's avonds zit, naar de tenten/slaapzalen van de kinderen. Hierbij moet je er wel voor zorgen dat in elke tent/slaapzaal een of meer kinderen zijn die dit systeem kunnen bedienen. Door te oefenen en duidelijk uit te leggen wanneer ze moeten bellen, help je kinderen over de drempel heen. Als je ze er dan even mee laat spelen, is de lol er snel af. Of je gebruikt een babyfoon, zodat je het hoort als er iemand roept. Vraag ook de ouders om raad, zij slapen ook niet bij hun kinderen.

Natuurlijk maak je de eerste avond met alle kinderen een rondje door het gebouw of over het kampterrein. Zo weten ze waar de leiding slaapt en waar jullie 's avonds zitten. Ze weten dan ook de nooduitgang en het toilet te vinden. Het is voor de kinderen al een hele geruststelling als ze weten waar ze leiding kunnen vinden als het donker is. Laat in het gebouw ergens het licht aan. Als je kampeert, kun je een stormlantaarn laten branden voor de slaaptent(en).

### *In de nachtdienst!*

Als kinderen ook 's nachts een beroep op de leiding doen, is het handig om daar afspraken over te maken. Sommige groepen hanteren een mentorsysteem, waarbij een vaste persoon van de leiding gedurende de hele week gekoppeld is aan een van de kinderen. Een nadeel hiervan is dat je als leidinggevende veel bezig bent met een en hetzelfde kind. Dit kan ook een voordeel zijn, omdat je een sterke band kunt opbouwen met dat kind. Het gevaar is wel dat je heel individueel, één op één, bezig bent met de kinderen. Zorg ervoor dat de gegevens over het kind op papier staan en bij andere

leidinggevenden bekend zijn. Als de mentor onverwachts wegvalt, is het eenvoudiger om taken over te dragen. Maak ook afspraken over alcoholgebruik.

Zorg ervoor dat er altijd minimaal één persoon van het team 'alcoholvrij' blijft. Andere groepen maken een 'dienstrooster', waarbij een persoon van de leiding 'dienst' heeft gedurende de nacht en de kinderen helpt. De anderen slapen door, de persoon met 'dienst' mag 's ochtends een uurtje langer blijven liggen en krijgt een lekker ontbijt op bed! Neem voor deze persoon een eenpersoonstentje mee. Als zich een calamiteit voordoet waarbij meerdere personen nodig zijn om hulp te bieden, kan deze persoon een beroep doen op de overige leden van de leiding. Voordeel van dit systeem is dat je de vervelende taken (niemand vindt het leuk om 's nachts zijn bed uit te moeten) eerlijk verdeelt. Als je niets afspreekt, is het vaak dezelfde persoon die uit bed gaat, bijvoorbeeld omdat hij zich erg verantwoordelijk voelt of licht of slecht slaapt.

### *Gemengd slapen*

In sommige groepen is het heel gebruikelijk om gemengd (jongens en meisjes bij elkaar) te slapen, in andere groepen weer niet. Het is belangrijk om dit van tevoren te bespreken in je team, met ouders en met de kinderen zelf. Soms is met een simpele oplossing het eventuele probleem uit de wereld. In een grote slaapzaal kun je met het spannen van een aantal gordijnen het probleem oplossen. Het is voor sommige kinderen prettiger om gescheiden te slapen. Ze voelen zich dan meer op hun gemak. Ook bij scouts met een beperking kunnen op kamp relaties een rol gaan spelen. Bespreek dit voordat je op kamp gaat met de leiding, met ouders en de leden zelf. Op het moment dat je op kamp met zo'n situatie wordt geconfronteerd, is het vaak moeilijker om er in alle rust over te praten. Soms heeft de leiding eerder door dat het wellicht verstandig is eens te denken aan anticonceptie dan de ouders/verzorgers. Schroom niet om dit aan te kaarten bij ouders/verzorgers! Sommige ouders denken dat hun kinderen dit soort gevoelens absoluut niet kunnen hebben: 'Mijn kind doet zoiets niet.' Denk bij relaties niet alleen aan problemen rond anticonceptie, maar ook aan andere aspecten. Bij scouts met een verstandelijke beperking kan het niveau van de partners sterk uiteenlopen, waardoor je niet zeker weet of het van beide kanten allemaal uit vrije wil verloopt. Er kunnen ook homoseksuele relaties ontstaan. Denk niet dat je dit soort problemen hebt opgelost door niet gemengd te slapen. Nogmaals, bespreek dit van tevoren in je team! Je kunt je voorbereiden en je grenzen bepalen. Niet iedereen praat even gemakkelijk over dit soort onderwerpen. Soms zijn mensen zelf heel onzeker over hun eigen grenzen en beleving. Ook de samenstelling van je team kan hierbij een rol spelen. Sommige kinderen vinden het prettig om dit soort zaken te bespreken met iemand van de leiding die zij helemaal vertrouwen, of iemand die van hetzelfde geslacht is.

### *Hygiëne*

Een belangrijk punt op kamp is hygiëne. Het lijkt vanzelfsprekend, maar het zal niet de eerste keer zijn dat een kamp volledig in het water valt door een, weliswaar onschuldig maar zeer besmettelijk, virusje. Houd de volgende regels in de gaten:

- Laat kinderen na ieder toiletbezoek de handen wassen met een goede desinfecterende zeep. Ook voordat je met koken begint en voordat je gaat eten.
- Was goed af. Let daar ook op als je kinderen laat afwassen. Gebruik schone theedoeken. Gebruik gekookt heet water.
- Vaak heb je gedurende het hele kamp door allerlei wasjes vanwege sanitaire ongelukjes van kinderen. Ga daar zorgvuldig mee om.
- Let bij de dagelijkse verzorging van kinderen op de hygiëne.
- Ventileer regelmatig de tenten/slaapvertrekken.
- Let erop dat de kinderen geen natte handdoeken en washandjes en bevuild ondergoed in hun tas stoppen. Controleer tassen af en toe met de kinderen. Maak een waslijn voor de natte handdoeken en washandjes.
- Ten slotte spreekt het voor zich dat je zelf de nodige hygiëne in acht neemt bij het verschonen van kinderen, bij het toedienen van bepaalde medicatie en bepaalde verzorgende

handelingen (klyasma/katheteriseren) en ook bij het plakken van een pleister. Zorg ervoor dat je schone handen hebt, dat je schoon materiaal gebruikt en dat de plaats waar je het kind verzorgt, schoon is.

### *Materialen op kamp*

Maak voordat je op kamp gaat een lijst met materialen die je absoluut niet moet vergeten. In het handboek *Kamp en bivak* staat hoe je een materiaallijst kunt samenstellen. Hieronder vind je een aantal tips dat misschien goed van pas komt als je met scouts met een beperking op kamp gaat:

- Neem een reserverolstoel mee. Vergeet daarbij niet een reservezwenkwieltje en een inbus-sleutelsetje mee te nemen. Denk ook aan het nippeltje om het autoventiel van de rolstoelband toch met een fietspomp te kunnen oppompen.
- Denk aan medicatie, waarvan leden zelf meer dan voldoende moeten meebrengen.
- Neem ook een extra set slaapzakken en luchtbedden mee voor de 'ongelukjes'. Handig voor kinderen die snel koud worden 's nachts of tijdens het kampvuur. Kinderen die 's nachts last hebben van koude benen (met name rolstoelgebruikers) hebben vaak een slechte doorbloeding. Zij kunnen hierdoor gemakkelijk kramp krijgen.
- Neem warmwaterkruiken mee.
- Neem stretchers mee.
- Neem extra regenkleding, bandenplakspullen, een reservebinnenband, een fietspomp en een acculader mee. Let op: niet elke acculader past op iedere rolstoel!
- Vergeet extra luiers en maandverband niet.
- Voor rolstoelgebruikers zijn plasflessen van plastic verkrijgbaar, ook voor vrouwen. Er zijn tegenwoordig ook opvouwbaar 'uri-bag'-urinalen beschikbaar. Ze zijn gemakkelijk mee te nemen in een etui. Wel goed omspoelen.
- Maak een reservekledingkist. Speciaal voor noodgevallen waarbij de kinderen niet meer voldoende eigen kleding bij zich hebben, is het handig om een kist met kleding achter de hand te hebben.

Als je een oproep in je groepsblad, nieuwsbrief of plaatselijke krant plaatst, kom je vaak ook aan een goede voorraad materialen.

'Sinds twee jaar maken wij voor de speltak scouts met een verstandelijke beperking een programmaboekje. Dit boekje geven we samen met de kampbrief voor de ouders. In dit boekje staat iets over het thema. De bagagelijst en een strip maken ook deel uit van dit boekje. Dit boekje vinden de kinderen heel erg leuk en tegen onze verwachting in sloeg het in als een bom.'

Het maken van een kampkrant is leuk voor de leiding en voor de kinderen. Het is ook erg leuk voor de ouders. De kinderen laten vaak hele 'gaten' in hun verhaal aan ouders. Zo'n kampkrant geeft ouders een goed beeld van wat er is gedaan.

### **Vervoer naar en tijdens het kamp**

Voor een Scoutinggroep of een speltak voor scouts met een beperking neemt het vervoer een belangrijke plaats in. De kinderen kunnen meestal niet op eigen kracht naar de opkomsten komen. Je moet hier iets op verzinnen met de groep en samen met de ouders. Het zou toch jammer zijn als kinderen niet aan Scouting kunnen meedoen, alleen vanwege een vervoersprobleem.

#### *Wie gaat dat betalen?*

Je kunt proberen het geld voor vervoer zelf bij elkaar te krijgen. Hiervoor kun je soms een beroep doen op de subsidies die in de gemeente verdeeld worden. Je kunt eventueel een bijdrage van de kinderen vragen. Sommige kinderen hebben in hun persoonsgebonden budget wat geld voor eigen vervoer zitten dat ze mogen gebruiken bij vrijetijdsbesteding.

### *Ouders*

Je kunt overwegen de ouders in te schakelen. Ouders vinden het meestal erg leuk om te zien waar hun kind de hele week verblijft. Wanneer ouders carpoolen, kan de een de kinderen brengen en de ander kan ze ophalen.

### *Met het openbaar vervoer*

Wanneer je in je groep een paar kinderen in een rolstoel hebt en met de trein wil reizen, dan moet je dit van tevoren goed regelen. De NS heeft een folder uitgegeven over hoe je met de trein kunt reizen als je een beperking hebt. Deze folder kun je bij de NS aanvragen. Begeleiders kunnen gratis reizen met een begeleiderkaart die de ouders/verzorgers zelf voor het kind moeten aanvragen bij de NS in Utrecht. Dit duurt een paar weken dus wacht er niet te lang mee. Zo'n kaart is een jaar geldig. Deze kaart is ook geldig in bus, tram en metro en op sommige veeboten. Begeleiderkaarten moet je dus vooraf aanvragen bij de NS. Er is ook een pasfoto nodig. Als je met de trein reist met een aantal kinderen in een rolstoel, is het in- en uitstappen lastig. Ook het aantal plaatsen voor rolstoelers laat soms te wensen over. Soms biedt een bagagewagen of fietscoupé uitkomst. Zorg dat je van tevoren goed afspreekt wanneer je waar vertrekt en aankomt. De NS regelt dat er een oprijplank op dat station aanwezig is. Je hebt vaak maar even de tijd om uit te stappen. Vraag op stations extra hulp aan andere leiding van de groep en ouders.

'Een Scoutinggroep uit Amsterdam had het op weg naar Wiltz in Luxemburg allemaal goed geregeld, maar bij aankomst op het station in Wiltz bleek er geen oprijplank aanwezig te zijn. Dit was echter wel toegezegd. Alle rolstoelen, inclusief elektrische rolstoelen, moesten uit de trein op het perron getild worden. Tussen trein en perron gaapte overigens een behoorlijk gat.'

### *Met de bus*

Een touringcar is vaak wel praktisch maar behoorlijk prijzig. Er zijn touringcars waar veel rolstoelen in kunnen (lift). Je kunt dan één of meer kleine busjes huren voor de heen- en terugreis. Dit is erg praktisch. Er zijn in Nederland diverse bedrijven waar je (aangepaste) bussen kunt huren. Informeer naar prijzen en voorwaarden: hoeveel kilometer per dag, verzekering, vrijwaring, met of zonder chauffeur. Soms is het voordeliger een bus de hele week te huren dan alleen voor de heen- en terugreis. Bovendien heb je de hele week vervoer bij de hand.

### *Naar het buitenland*

Wanneer je naar het buitenland gaat, kun je ervoor kiezen om met het vliegtuig te reizen. Informeer van tevoren bij de luchtvaartmaatschappij naar de mogelijkheden in het vliegtuig en op de luchthavens en eventuele voorwaarden. In een vliegtuig is de ruimte zeer beperkt. Voor kinderen in een rolstoel is het toilet waarschijnlijk veel te krap. Op vliegvelden zijn meestal wel invalidentoiletten. Het is dus handig om iedereen zo kort mogelijk voor vertrek naar de wc te laten gaan.

Probeer tijdens de reis het drinken wat te beperken. Je moet altijd van tevoren doorgeven hoeveel rolstoelers er zijn. Je kunt niet zomaar elektrische rolstoelen mee het vliegtuig in nemen. Hier zijn diverse bepalingen voor. Een elektrische rolstoel heeft immers een accu. Ze mogen niet mee de cabine in. De KLM heeft speciale duwrolstoelen die net zo smal zijn als het gangpad van een vliegtuig. Deze duwrolstoelen zijn niet erg comfortabel en bieden weinig ondersteuning. Neem zelf extra gordels mee. Voor gewone duwrolstoelen gelden andere regels, vaak dezelfde als voor kinderwagens. Even informeren dus! Als je je rolstoelen moet 'afstaan', spreek dan goed af waar je ze bij aankomst weer kunt ophalen.

### *Met de veerboot*

Als je bijvoorbeeld de boot neemt naar Engeland, is het handig om te weten dat er aangepaste hutten zijn op de veerboot. Het aantal is altijd beperkt. Geef het aantal rolstoelen op. Informeer ook naar liften, of je elektrische rolstoelen mag meenemen en of de toiletten zijn aangepast.

### *Vervoer tijdens het kamp*

Wanneer je per trein, touringcar, busje (dat niet op de kampbestemming blijft) of vliegtuig reist, heb je ter plekke geen (aangepast) vervoer. Dat kan onhandig zijn als je eens weg wilt en voor de boodschappen. Het is praktisch om een (aangepaste) bus bij de hand te hebben voor noodgevallen. Als je 's nachts met een kind in een elektrische rolstoel naar het ziekenhuis of een dokter moet, dan stop je het meestal niet even in een gewone auto.

Informeer eens bij een verpleegtehuis of andere instelling in de buurt van je kampterrein. Wie weet mag je hun bus gebruiken. Dit kan ontzettend handig en voordelig zijn. Houd echter wel rekening met zaken als verzekering en pech. Er is immers geen vervangend vervoer als er iets stukgaat; niet voor jullie, maar ook niet voor de desbetreffende instelling!

### *Materiaalvervoer*

Als je op kamp gaat met kinderen met beperkingen, is de kans groot dat je meer materiaal moet vervoeren. Je hebt meer nodig. Denk alleen al aan de extra tenten, (ziekenhuis)bedden, tafels, stoelen, po-stoel, brancard, driewielers, extra rolstoelen, tillift, etc. Misschien zijn er ouders met een aanhangwagen of werkt er iemand bij een transportbedrijf waar wat te regelen valt. Misschien kun je het vervoer combineren met een andere speltak die bijvoorbeeld in diezelfde week in de buurt op kamp gaat. Maak een goede materiaallijst! Deze kun je na het kamp aanvullen en het jaar erna weer gebruiken. Schrijf tijdens het kamp op wat je mist, dan staat dat voor volgend jaar alvast wél op de lijst.

### *Wat neem je extra mee?*

Behalve de 'gewone' kampspullen zoals tenten, keukengerei en EHBO-trommel, kunnen de volgende zaken handig zijn om bij je te hebben: belsysteem voor kinderen die hulp nodig hebben 's nachts, goede verlichting, verlengsnoeren voor acculaders, bandenplaksetje, fietspomp, kachels, extra gasfles, dekens, luiers, plasflessen, koeltas of koelkast op gas voor medicijnen, extra slaapzakken en luchtbedden.

### *Tips voor vervoer*

- Sluit een inzittendenverzekering af.
- Zorg dat rolstoelen altijd volgens de regels worden vastgezet en dat iedereen een veiligheidsgordel draagt.
- Vervoer nooit meer personen dan is toegestaan!
- Zorg dat er tijdens het kamp 's avonds altijd iemand met rijbewijs beschikbaar is.
- Spreek af wie er wanneer geen alcohol gebruikt.
- Ga je naar het buitenland, informeer dan naar eventuele afwijkende bepalingen en regels.
- Accesswise is de nieuwe naam voor het Vakantie Informatie Punt voor mensen met een beperking. Je kunt hier terecht voor informatie over vervoersmogelijkheden, subsidies, aangepaste vakanties, etc. ([info@accesswise.org](mailto:info@accesswise.org), [www.accesswise.org](http://www.accesswise.org)).
- Benader een instelling of tehuis in de buurt van je kampterrein. Wie weet, mag je van hun vervoersmiddelen gebruik maken!
- Als je met kinderen met een verstandelijke beperking reist, besteed dan extra aandacht aan de begeleiding en de indeling. Maak goede afspraken.
- Vaak zijn in het weekend de Rode Kruisbussen beschikbaar als je een chauffeur kunt regelen.
- Zorg dat je goed verzekerd op reis gaat!
- Zorg voor veilig vervoer! Wissel chauffeurs af en vertrek goed uitgerust!
- Gebruik de folder *Getipt op reis* en het handboek *Kamp en bivak*.

## **Programma**

### *De activiteiten tijdens het kamp*

Een kamp is een afsluiting van een heel seizoen. Het moet dan ook de kroon op het Scoutingseizoen

worden. Je kunt voor je kamp een thema kiezen. In een thema kun je allerlei activiteiten verwerken. Bedenk een leuke manier om het thema te introduceren en besteed aandacht aan de aankleding. Je kunt ideeën opdoen voor een thema in stripboeken, tekenfilms of series op televisie. Scouts met een beperking kunnen dezelfde activiteiten doen als reguliere scouts, als je als leiding er de moeite en tijd voor wilt nemen. Een kabelbaan, kampvuur, een tocht of primitief koken, zorg dat de Scoutingactiviteiten aan bod komen. Laat je er niet van weerhouden om uitdagende activiteiten te doen tijdens het zomerkamp! Hierna volgen wat voorbeelden om je alvast in de stemming te brengen.

Een Scoutinggroep voor scouts met een beperking uit Amsterdam wilde de laatste nacht van het kamp op ludieke wijze doorbrengen en zou in een 'patatzak' gaan overnachten. Dat doen reguliere groepen immers ook wel eens, dus waarom zou het bij hen niet kunnen?

Het weer was goed, dus de meeste tenten werden vast afgebroken. Tussen de bomen werden touwen gespannen en daaroverheen kwam een gigantische patatzak van doorzichtig landbouwplastic. Luchtbedden, stretchers en ziekenhuisbedden werden naar het nieuwe onderkomen verhuisd. Het grote avontuur kon beginnen. Iedereen vond het reuze spannend. Er werd gezorgd dat iedereen warm naar bed ging (warme chocolademelk) en dat er voldoende extra dekens aanwezig waren. De laatste nacht werd zodoende doorgebracht onder de sterren en de maan. Of de kinderen van opwinding veel geslapen hebben, vertelt het verhaal niet! De volgende dag mocht het bouwsel beslist nog niet afgebroken worden: de kinderen wilden het eerst aan ouders, grootouders en anderen laten zien. Die reageerden natuurlijk wisselend, maar het enthousiasme overheerste. De groep had laten zien dat je ook met scouts met een beperking het spel van verkennen uitstekend kunt spelen en je ook daar de grenzen kunt verleggen.

Een variatie op de patatzak is al jarenlang een succes op het kamp van Scoutinggroep Luctor et Emergo uit Arnhem. Dit is een groep voor jongeren met een verstandelijke en/of lichamelijke beperking. Een opdracht op de kamp-insigne kaart is namelijk: een nacht slapen zonder tent. De explorers bepalen zelf wanneer ze in de open lucht slapen. Je loopt zo niet het risico dat het de laatste nacht vanwege het weer niet lukt. De explorers hebben in een straal rondom het kampvuur op een zeil geslapen. Om de beurt moesten ze samen met iemand van de leiding dit vuur twee uur brandend houden en vervolgens de volgende 'wakers' wekken. Het is alweer een paar jaar geleden, maar ze praten hier nog steeds over.

De scouts van de Metrogroep (meisjes met een lichamelijke beperking, beleefden een ander avontuur. Tijdens hun kamp hebben ze in de vrije uurtjes allemaal een hangmat geknoopt. De hangmatten werden in een kring tussen de bomen opgehangen. De laatste nacht van het kamp hebben ze daarin geslapen.

Naast het programma moet je zorgen dat je het kamp goed organiseert. We gaan hier verder in op een aantal voorwaarden waaraan je zomerkamp moet voldoen om een succes te worden.

### **Op kamp met scouts met een verstandelijke beperking**

#### *Vaste dagindeling*

Scouts met een verstandelijke beperking hebben vaak weinig besef van tijd. Dagen krijgen structuur door de tijdstippen van eten en slapen. Als je op kamp bent, gaat dit allemaal een beetje anders. Probeer voor deze kinderen de dag duidelijk en overzichtelijk in te delen. Houd een vaste volgorde aan in activiteiten: opstaan, aankleden, daarna naar het toiletgebouw/wastent en vervolgens het ontbijt. Na een activiteit 's middags of bij terugkomst op het kampterrein kun je eerst samen wat drinken, daarna rusten en vervolgens eten koken. Je kunt de activiteiten aangeven met tekeningen of picto's, zodat alle kinderen weten wat er gaat gebeuren. Soms wil je op kamp geheime activiteiten doen om de kinderen te verrassen. Niet elk kind kan hier goed mee omgaan. Het helpt hen juist om te



weten wat er gaat gebeuren en samen met de leiding het geheim te weten en geheim te houden. Ze zijn vaak verrassend goed in staat het geheim te bewaren. Teveel spanning is voor bepaalde kinderen niet goed, houd hier als leidinggevende rekening mee.

### *Rust*

De behoefte aan rust kan per groep verschillen. Soms hebben kinderen dat uurtje of meer echt nodig om bij te komen. Voor anderen (vooral bij scouts met een verstandelijke beperking) heeft het ook de functie van even iets voor jezelf doen. Niet steeds in de groep iets doen, je aanpassen, maar even op jezelf zijn. Ook is rust even niet lopen rennen, maar tot rust komen door een middagslaapje, te relaxen in een hangmat of schommelstoel, of samen rustige dingen te doen. Iemand van de leiding kan met deze kinderen een rustige activiteit gaan doen, een spelletje of wat vrij tekenen. Maak met de ouders afspraken over het meenemen van computergames. Wil je dit wel of niet toestaan? Neem een kist met stripboeken, spellen en tekenspullen mee. Ook het opzetten van een DVD kan goed werken. Voor jezelf als leidinggevende kan het een uurtje zijn om even 'bij te tanken'. Wees ook weer niet te dwingend met deze rustige uurtjes! Als kinderen er geen behoefte aan hebben, heeft het geen zin om ze te dwingen. Je bereikt dan eerder het tegenovergestelde.

Let erop dat kinderen met een lichamelijke beperking in veel gevallen meer fysieke rust nodig hebben dan andere kinderen. Bouw dit in je programma in, bijvoorbeeld met een rustuurtje. Een leuke tip om eens uit te proberen, is het verzetten van de zomertijd naar wintertijd. Vooral voor 'jonge' speltakken met scouts met een beperking is dit erg leuk. Het is dan 's avonds een uur eerder donker. Dit komt soms goed uit bij een avondactiviteit of kampvuur.

### *Programma*

Door in je programma een vaste structuur aan te brengen, creëer je voorspelbaarheid en duidelijkheid voor de kinderen. Voor de leiding geeft het ook houvast door de vaste taken die elke dag terugkomen te verdelen. Bespreek elke dag 's avonds hoe de dag verliep en verdeel daarna de taken voor de volgende dag. Wissel voldoende af.

Een voorbeeld: tijdens het kamp voor scouts met een verstandelijke beperking komen de onderstaande taken elke dag terug.

#### 's Ochtends:

- Iemand van de leiding staat in de wastent.
- Bij elke tent is iemand van de leiding om de kinderen te helpen met aankleden en ze te stimuleren dat in een redelijk tempo te doen.
- Iemand van de leiding maakt het ontbijt klaar, dekt de tafel en zet thee, samen met een paar kinderen die snel klaar zijn.

#### 's Middags:

- Als er in subgroepjes wordt gekookt, zijn er bij elk subgroepje twee tot drie mensen van de leiding om mee te helpen.
- Als er in de grote groep wordt gekookt, zijn daar twee mensen van de leiding verantwoordelijk voor.
- Iemand zorgt dat het programma steeds doorgaat.

#### Bij het naar bed gaan:

- Iemand staat weer in de wastent.
- Per tent is weer iemand van de leiding die ervoor zorgt dat de kinderen in bed komen.
- Na het gezamenlijk zingen, gaat iedereen slapen.
- Later op de avond nemen twee leidinggevers de kinderen op, bij wie dit nodig is.
- Per tent is er iemand die voorleest.

Als je deze taken vooraf verdeelt, zorg je voor veel rust. De leiding weet waar ze aan toe is. Als je steeds per situatie moet overleggen, neemt dit veel tijd in beslag en daardoor verdeel je de taken misschien niet voldoende over het team.

Je kunt ook het mentorsysteem gebruiken dat al eerder in dit hoofdstuk is genoemd. Je zult zelf een manier moeten vinden om om te gaan met de vaste taken en verzorging van de kinderen. Er geldt één spelregel: maak afspraken met elkaar vóór je op kamp gaat!

### **Op kamp met scouts met een lichamelijke beperking**

De verzorging van kinderen met een lichamelijke beperking neemt veel tijd in beslag. Neem hier de tijd voor, want op kamp kan dat! Het is tenslotte vakantie. Thuis moeten veel kinderen met een lichamelijke beperking vaak 'racen tegen de klok' om op tijd te zijn voor de bus, voor de therapie, voor school. Daarnaast is op kamp alles anders en kost alles meer tijd. Je moet wachten op een ander, je vergeet je toiletpullen mee te nemen naar de wastent, je kunt iets niet vinden, etc. Het is heerlijk om op kamp eens lekker veel tijd te hebben voor verzorgende taken, mits de kinderen dit zelf prettig vinden. Voor sommige kinderen kun je van verzorgen een gezellige, ontspannen activiteit maken waarvan ze kunnen genieten. Je bent natuurlijk ook op kamp om allerlei activiteiten te doen, dus probeer enigszins een evenwicht te vinden.

Veel zaken, die wij zo vanzelfsprekend vinden, ervaren kinderen met een lichamelijke beperking vaak thuis nooit. Het is voor ouders/verzorgers soms niet te doen. Naar De Efteling, naar een 'gewoon' zwembad of boodschappen doen op de markt of bij een supermarkt, schiet er bij in. Tijdens een kamp is het een goed moment om de grenzen van kinderen te verleggen en nieuwe ervaringen op te doen. De kinderen kunnen heel goed leren om zelf te koken. De educatieve faculteit Iselinge (uitgeverij Edudesk) heeft kookstrips uitgegeven. Aan de hand van plaatjes wordt stap voor stap uitgelegd hoe je een bepaald gerecht maakt.

Deze kookstrips, er staan twee voorbeelden afgebeeld op de vorige bladzijde, kunnen je op kamp goed van pas komen. Je kunt deze kookstrips zelf aanvragen bij de uitgeverij. De strips zijn opgenomen in de serie *Praktische vaardigheden in beeld* (verzorging-koken).

#### *Net even anders dan thuis*

Het wil op kamp nog wel eens voorkomen dat een kind geen zin heeft om z'n warme beugels of (in zijn ogen) onelegante orthopedische schoenen aan te doen, terwijl de rest in z'n zwembroek en op blote voeten loopt. Gebruik in dat geval gewoon je verstand. Neem de voorschriften van de ouders/verzorgers in acht, maar bedenk ook dat het kind op kamp is en alles toch wat gemakkelijker is dan thuis. Dit geldt uiteraard niet voor medicijngebruik!

#### *Hulpmiddelen*

Wees altijd voorzichtig met beugels, spalken, speciaal schoeisel, rolstoelen. Ze zijn moeilijk vervangbaar en de kinderen zijn vaak totaal afhankelijk van dergelijke attributen. Niet laten slingeren dus! Mocht het slecht weer zijn op kamp, zorg dan dat orthopedische schoenen niet al te nat worden. Ze drogen vaak erg slecht en het kind heeft over het algemeen maar één paar. Laat de kinderen overschoenen of plastic zakken over de schoenen gebruiken.

#### *Zelfstandig*

Het is altijd goed om te kijken welke kinderen zichzelf kunnen redden. Hulp nodig? Dan kunnen ze dat vragen. Probeer kinderen zoveel mogelijk zelf te laten doen. Het kan immers erg prettig zijn als iemand alles voor je doet... Laat dus niet met je spotten. Sommige kinderen hebben last van 'aangeleerde hulpeloosheid'. Zij verwachten dat alles vanzelf voor ze wordt gedaan, zonder dat ze daarin ook zelf hun verantwoordelijkheid nemen door om hulp te vragen. Andere kinderen kunnen juist weer erg eigenwijs zijn en zelf gaan modderen omdat ze het moeilijk vinden om hulp te vragen. Ieder kind heeft daarin zijn eigen persoonlijke drempels. Met name bij kinderen met een verstandelijke

beperking is het goed bepaalde taken aan te geven en ze iets meer structuur te bieden. Bijvoorbeeld: eerst gaan we ons wassen, dan tandenpoetsen, etc. Zorg voor toezicht en ondersteuning.

### *Privacy*

Bij de persoonlijke verzorging (wassen, toiletbezoek) zijn integriteit en privacy belangrijk. Niet iedereen vindt het prettig om naakt gezien te worden. Bedenk wat je zelf ook niet prettig zou vinden. Ben je met een gemengde groep op kamp, dan moet je ook rekening houden met het verschil tussen de jongens en de meisjes, met name in en na de puberteit. Met scouts met een beperking loop je snel tegen de volgende vragen aan: kan een vrouw van 30 een jongen van 18 helpen of een meisje van 18 een man van 30? We zijn immers allemaal mensen, maar het moet wel voor iedereen leuk blijven. Maak dit soort vragen bespreekbaar voordat je op kamp gaat! Je kunt je voorbereiden en je grenzen bepalen. Het *Protocol ongewenst gedrag* van Scouting Nederland gebruik je als je in de groep geconfronteerd wordt met ongewenste intimiteiten. Vraag altijd aan het kind zelf hoe het verzorgd wil worden. Probeer de verzorgende handelingen samen met een andere leidinggevende te doen. Help iemand bijvoorbeeld altijd met z'n tweeën op het toilet. Zo voorkom je problemen. Span in een tent, wasruimte of slaapzaal een laken of gordijn, zodat men toch nog wat privacy heeft.

### *Teken*

Ben je aan het kamperen, controleer dan de huid op teken. Dit zijn kleine beestjes die zich in de huid vastzuigen. Verwijder ze voorzichtig met een speciale tekenpen. Ook dit is een bezigheid die je beter in het bijzijn van anderen kunt doen.

### *Weer of geen weer?*

Het zal niet altijd stralend weer zijn tijdens je kamp. Houd bij het voorbereiden van je programma rekening met slecht weer, maar ook met bijzonder goed weer! Zorg dat je je programma flexibel kunt aanpassen aan het weer en ga daar logisch mee om. Ga geen wilde spelletjes doen om op te warmen als het bloedheet is, maar doe dan een watergevecht! Als je kampeert met scouts met een lichamelijke beperking, kan een aantal butagaskachelletjes uitkomst bieden als het koud is. Deze kinderen bewegen vaak minder en houden zichzelf minder goed warm. Neem een extra voorraad warme truien mee. Let erop dat kinderen iets aantrekken, voordat ze het koud krijgen. Ga hierbij niet teveel van jezelf uit! Jij bent in beweging, voor iemand in een rolstoel kan 15 graden en een beetje regenachtig weer al heel erg koud zijn. Let ook op kinderen die niet afhankelijk van een rolstoel zijn, maar door bijvoorbeeld een spasme wel extra gevoelig zijn voor kou. Ten slotte: zorg op kamp ook goed voor jezelf!

### *Vervoer*

Tijdens je kamp heb je vervoer nodig. Houd er rekening mee dat je waarschijnlijk zult moeten pendelen, omdat je budget het meestal niet zal toelaten voldoende busjes te huren. Als je kinderen in een auto vervoert, denk dan aan de veiligheid. Op een achterbank mag je bijvoorbeeld niet meer kinderen laten plaatsnemen dan er zitplaatsen (lees: autogordels) aanwezig zijn. Zie er op toe dat – ook op de achterbank – iedereen gebruikmaakt van de gordel. Zorg voor een inzittendenverzekering en vraag ook na of de ouders die rijden deze verzekering hebben. Besef dat een kamp vaak vermoeiend is. Als je moet rijden op kamp, let er dan op dat je goed uitgerust bent. Neem geen risico's! Laat anderen terugrijden naar huis. Je hebt een kampweek achter de rug en je bent waarschijnlijk moe. Houd rekening met het vervoer van rolstoelen en/of fietsen en driewielers, ook tijdens het kamp. Misschien moet je voor een aantal leden aangepast vervoer regelen. Kortom: breng van tevoren in kaart hoe je het vervoer tijdens het kamp regelt.

### *Plezier*

Vergeet vooral het belangrijkste niet: een kamp is samen met de leiding en scouts een avontuur beleven en plezier maken! Iets waar je het jaren later nog over hebt. Een onvergetelijke ervaring en het mooiste wat er is.

### *Tips voor op kamp: lichamelijke beperkingen*

#### Zithouding

Allereerst: de mens is niet gemaakt om te zitten, maar om te staan. Veel klachten zoals rugproblemen worden dan ook veroorzaakt door langdurige (verkeerde) zithoudingen. Vandaar dat het te begrijpen is dat kinderen die gedurende langere tijd in een rolstoel zitten hier problemen mee ervaren.

Voor kinderen in een rolstoel is zitten een belangrijke functie bij het verplaatsen. De rolstoel vervangt het staan en lopen geheel of grotendeels. De zittende mens verandert ongeveer elke zes minuten van houding. Tussen de grote houdingsveranderingen doet de mens nog tal van kleine houdingsveranderingen. Kinderen die in een rolstoel zitten met verlammingen en gevoelsproblemen verzitten dus veel minder vaak dan wij dat doen, gewoon omdat zij dit niet kunnen. Hierdoor wordt gedurende langere tijd een bepaalde plek op het zitvlak zwaar belast door het lichaamsgewicht. Dit kan beschadigingen aan de huid toebrengen. Er zijn tal van risicofactoren die het risico op beschadigingen kan vergroten. Denk bijvoorbeeld aan dubbelzittende kleding onder het zitvlak, of een kind dat gedurende langere tijd schuin in de stoel zit. Ook vocht kan het risico op doorligplekken vergroten. Het is dus belangrijk om alert te zijn op incontinentie en op goed afdrogen na het wassen.

Sommige rolstoelen kunnen naar achteren kantelen. Het kind verandert hierdoor van zithouding waardoor je de kans op drukplekken vermindert.

#### Wassen en kleden

De tips hieronder zijn algemene tips om te gebruiken bij het wassen en kleden van kinderen met lichamelijke beperkingen. Heb goed contact met de ouders over hoe zij het kind verzorgen. Eventueel kunnen zij het een keer demonstreren met het kind erbij. Het kind kan zelf natuurlijk ook het een en ander aangeven. Als ouders hulpmiddelen gebruiken, kun je vragen of je deze mag lenen voor op kamp. Je kunt eventueel via de Thuiszorg hulpmiddelen lenen. Informeer ook eens bij het Rode Kruis in de plaats waar je op kamp bent.

Laat het kind zoveel mogelijk zelf doen. Ook al heeft het kind meer tijd nodig dan andere kinderen of ziet zijn handelen er wat raar uit, neem niet iets uit handen. Het kind kan dit wel van je verwachten, doordat het aangeleerd heeft niet alles zelf te kunnen en daar hulp voor te krijgen. Een kind doet dan veel minder dan het zelf kan, en wordt zo niet zelfstandig. Zelfstandigheid kost meer tijd, maar is van belang voor het gevoel van eigenwaarde. Let wel op de kinderen die het juist moeilijk vinden om om hulp te vragen.

Een belangrijk aandachtspunt bij het wassen van een kind met gevoelsproblemen is dat het kind niet altijd pijn en temperatuursverschillen kan voelen. Jij als leiding moet er dus op letten dat het water dat je gebruikt niet te heet is. Dit geldt ook voor bij het kampvuur; het kind voelt het niet als het been te dicht bij het vuur ligt.

#### Douchen

Voer een douchebeurt met twee personen uit. Als je iets vergeten te pakken bent, kan er altijd een persoon bij het kind blijven. Let goed op de veiligheid bij het douchen. De douchevloer is glad door het water. Laat het kind zo min mogelijk lopen tijdens het douchen of gebruik een douchestoel. Zorg dat het kind met zijn voeten bij de steunen of de grond kan, zodat het niet onderuit kan schuiven. Het kind heeft dan voldoende balans en heeft beide handen vrij om zichzelf te kunnen wassen. Zorg dat je alle benodigheden bij de hand hebt: handdoek, washand, kleding, toiletartikelen, etc.

#### Verzorgen van spastische arm

Als kinderen spasmes hebben in armen en benen kan het wassen lastig zijn. Hoe meer ontspannen

de ledematen zijn, hoe makkelijker je het kind kunt wassen.

Door de arm rustig een aantal keer te buigen en te strekken kan het zijn dat de arm ontspant. Als de arm ontspannen is kun je de pols naar buiten draaien, waardoor je de handpalm kunt wassen. Let goed op dat je de handpalm goed afdroogt. Als de spanning in de arm weer toeneemt, gaat de hand weer dichtzitten. Als deze niet goed gedroogd is, kan het gaan broeien en kunnen er huidirritaties ontstaan.

#### Kleden

Afhankelijk van wat het kind zelf kan, kun je er voor kiezen het kind in de stoel of op bed te kleden. Het voordeel van een bed is dat er aan beide zijden van het bed iemand kan staan/zitten en je het kind gemakkelijk kunt draaien om de kleding goed te doen. Sommige bedden zijn in hoogte verstelbaar, waardoor je je rug niet snel overbelast bij het draaien. Een kind dat zijn bovenlijf zelf kan kleden, kan dit makkelijker in de stoel dan in bed.

#### Aankleden bovenlichaam:

- Leg de kleding binnen handbereik.
- Vertel aan het kind wat je doet en laat het kind zoveel mogelijk zelf doen.
- Bij het aantrekken van een hemd/trui/Scoutfit is het aan te raden eerst de meest beperkte arm in de mouw te steken. Vervolgens de andere arm, en dan over het hoofd. Het is makkelijker te grote kleding aan te trekken dan te kleine.

#### Tandenpoetsen

Besteed bij kinderen met een hersenbeschadiging, spierziekte of spina bifida, extra aandacht aan het tandenpoetsen. Tandbederf gaat bij hen sneller, doordat bijvoorbeeld de tong niet goed kan bewegen. Hierdoor kan het kind heel moeilijk restjes eten tussen tanden en kiezen wegduwen.

#### Naar de wc

Kinderen met een hersenbeschadiging hebben moeite met het beheersen van hun spieren. Vaak geldt dit ook voor de sluitspieren van blaas en darmen. Deze kinderen dragen luiers of moeten gekatheteriseerd worden. Sommige kinderen hebben een stoma. Dit is een uitgang aan de buitenkant van de buik. De urine of ontlasting wordt in een plastic zakje opgevangen.

#### Hygiëne

Om de hygiëne te bevorderen, is het ook belangrijk dat na een maaltijd de gemorste kruimels verwijderd worden van het blad van de rolstoel, van de kleren en de zitting onder het blad. Daar kunnen broeinesten ontstaan die irritaties kunnen geven op de huid of beestjes aantrekken vanwege de zoetheid.

#### **Anders op kamp**

Je kunt ervoor kiezen om 'anders' op kamp te gaan. Je kunt op een heel andere manier gaan kamperen. Als je groep ieder jaar bivakkeert in een blokhut, is het kamperen op een Scoutnig Labelterrein iets 'anders'. Een groep die altijd kampeerde op één vaste plek en nu kiest voor een trektocht met paard en huifkar, doet ook heel wat 'anders'. Dit zijn manieren waaraan je met scouts met een beperking niet direct denkt, maar die zeker het uitproberen waard zijn! Denk hierbij niet direct 'Dit kan niet', maar bekijk wat wél kan. Dat is vaak veel meer dan je denkt! Ga wel uit van de mogelijkheden die je hebt met je groep. Onderstaand lijstje kan je helpen bij de voorbereidingen van je zomerkamp. Waarmee moet je rekening houden als je kiest voor 'anders'?

- Houd rekening met de mogelijkheden die je hebt met je groep.
- Welke activiteiten vinden de kinderen leuk? Vraag ze zelf om hun mening. Het is tenslotte hun kamp.
- Zijn de kinderen sportief ingesteld of willen ze liever een rustig kamp?
- Wat is je budget?

- Kun je je budget vergroten door het voeren van acties, werven van fondsen, sponsoring?
- Wat doen de andere speltakken in je groep? Gaan zij op een andere manier op kamp? Dit kan een nieuwe uitdaging vormen voor je scouts! Wat dacht je van een kamp in het buitenland, een internationaal kamp of een fietstocht?

Hieronder vind je meer informatie over verschillende vormen van 'anders' op kamp gaan. Je vindt vooral tips over punten die afwijken van wat een reguliere groep moet regelen. Gebruik verder het handboek *Kamp en bivak*.

- Op kamp in het buitenland.
- Een internationaal kamp.
- Een kamp samen met een of meer andere groepen en/of andere speltakken.
- Een water-zeil-kanokamp.
- Een fiets(trek)tocht, kamp, wandeltocht.
- 'Groen kamperen'

#### *Op kamp in het buitenland*

Je kunt met kinderen met een beperking natuurlijk ook in het buitenland op kamp gaan. Het is belangrijk om op tijd te beginnen met de voorbereidingen. Je kunt de folder *Getipt op reis* aanvragen bij het Infocentrum. Hierin vind je allerlei praktische tips en informatie over de organisatie van je zomerkamp in het buitenland. Van een aantal accommodaties is bekend dat ze zijn aangepast voor scouts met een beperking.

Je kunt bijvoorbeeld gaan naar:

- Pindstrup Centret in Ryomgård, Denemarken (<http://www.pindstrupcentret.dk/>).
- Bonaly Camping & Training Centre in Edinburgh, Schotland (<http://www.bonaly.org.uk>).

Als je op kamp gaat naar het buitenland, is er een gouden tip: begin op tijd, een jaar vooraf, met de organisatie! Maak gebruik van de folder *Getipt op reis* (verkrijgbaar bij het infocentrum). In deze folder vind je allerlei tips en adviezen over de organisatie van een kamp naar het buitenland. De folder *Wijs op reis* van het Ministerie van Buitenlandse Zaken is ook een echte aanrader ([www.minbuza.nl](http://www.minbuza.nl)). Bij de ANWB is de *Reiswijzer voor beperkingen* verkrijgbaar. Deze brochure is gratis voor ANWB-leden.

'Twee jaar geleden hebben we een speltak opgericht voor explorers met een verstandelijke beperking. Met het tweede zomerkamp gingen er bijna geen explorers mee. Bij navraag bleek dat ze de kampen 'niet veel aan' vonden, want het was 'hetzelfde als bij de scouts'. We gingen inderdaad ook altijd samen met de scouts naar een Scoutingkampeerterrein. Het jaar erop zijn we, samen met de explorers, gaan nadenken over een ander zomerkamp. Uiteindelijk kwamen we uit op een kamp 'ver weg'. De explorers wilden wel kamperen, niet op een Scoutingterrein, maar bij een boer. Verder wilden ze niet met de groepsbus mee, maar op de fiets (tandem).'

Bij een kamp in het buitenland is de reis naar de kampbestemming langer. Ook maak je misschien gebruik van andere vervoersmiddelen, zoals een boot of een vliegtuig. Boek en organiseer de reis op tijd. Geef bij boeking duidelijk aan welke speciale voorzieningen je nodig hebt. Houd rekening met diëten en medicatie (let op tijdsverschil tijdens een reis). Zorg voor structuur, zekerheid en veiligheid voor de scouts en het team tijdens de reis. Voor sommige medicatie en middelen, zoals injectienaalden moet je een medische douaneverklaring hebben.

#### *Een internationaal kamp*

Bij het Infocentrum kun je de internationale kampenlijst aanvragen. In verschillende landen worden grote internationale Scoutingkampen georganiseerd. Je zult van tevoren bij de organisatie van het kamp moeten informeren in hoeverre de voorzieningen en de activiteiten zijn aangepast aan scouts met een beperking. Houd wel rekening met de grootschaligheid van internationale kampen, waar meer

groepen en deelnemers bij betrokken zijn dan bij een kamp met je eigen groep. Dit kan voor leden een onveilig gevoel zijn. Soms wordt er een internationaal kamp voor scouts met een beperking georganiseerd. Voor scouts met een verstandelijke beperking kan de opzet van een internationaal kamp soms erg verwarrend zijn (denk aan ticketactiviteiten). Hierdoor is het moeilijk om ze voldoende structuur en zekerheid te geven. Voor scouts met een lichamelijke beperking is misschien de toegankelijkheid van het terrein een probleem of zijn de activiteiten niet op ze ingesteld.

Je loopt waarschijnlijk tijdens het kamp tegen allerlei onvoorziene zaken op. Met veel creativiteit, flexibiliteit en humor van (bege)leiding en de kinderen zelf kun je veel ter plekke oplossen. Tijdens een internationaal kamp kan een vreemde taal een probleem vormen. Als niemand van de jeugdleden een vreemde taal spreekt, zal het individueel leggen van contacten minder gemakkelijk verlopen.

#### *Samen met een andere groep op kamp*

Heb je er al eens aan gedacht om samen met een andere groep op kamp gaan? Dit kan voor veel groepen volop nieuwe mogelijkheden bieden. Het vergroot je aantal deelnemers, waardoor er financieel wat meer ruimte is. Door het grotere aantal deelnemers is het misschien ook gezelliger en zijn er meer keuzeactiviteiten mogelijk. Probeer vooraf een keer proef te draaien in een weekendkamp. Bereid het programma samen voor met de andere groep.

#### *Water-zeil-kanokamp*

In Nederland is er geen watergroep specifiek voor scouts met een beperking, voor zover bekend. Hier en daar doen wel scouts met een beperking mee. Ook wanneer je met scouts met een lichamelijke beperking werkt, behoren wateractiviteiten tot de mogelijkheden.

Als je met je groep wilt (leren) zeilen, kanoën, roeien, surfen en/of waterskiën kun je terecht op het watersporteiland Robinson Crusoe in de Loosdrechtse Plassen. De Nederlandse Bond voor Aangepast Sporten (NebasNsg) beheert dit eiland. Je overnacht in een huis dat volledig is aangepast voor mensen met een beperking. Er is plaats voor dertig personen. In de haven liggen drie stabiele open zeilboten en de *Roller*, een zeilboot die toegankelijk is voor rolstoelgebruikers. Op trimarans (boten met drie rompen) kunnen deelnemers door de eenvoudige en lichte bediening snel leren zeilen. Daarnaast heeft de NebasNsg nog twee accommodaties die volledig zijn aangepast: de 14m lange catamaran *Zonnetij* en twee bungalows in Friesland en de 34m lange tweemastklipper *Lutgerdina*. De *Lutgerdina* vaart op het IJsselmeer, de Waddenzee en de Friese wateren. De boten en de accommodaties zijn toegankelijk voor mensen met een lichamelijke, zintuiglijke of verstandelijke beperking. Voor meer informatie kijk je op [www.sailwise.nl](http://www.sailwise.nl).

#### *Een fietstrektocht*

Een fietstrektocht is ook heel goed mogelijk met scouts met een verstandelijke beperking. Sommige scouts kunnen zelfstandig fietsen en andere kunnen gebruikmaken van een tandem. Je kunt fietsen van clubhuis naar clubhuis, waarbij je de bagage vervoert met een busje. Dit is een luxe variant. Je kunt natuurlijk ook gaan kamperen met lichtgewichttentjes. Zorg ervoor dat de route niet te lang is. 25 km is al een eind! Bereid de route goed voor. Niets is erger dan aan het einde van de dag nog uren (altijd in de regen) te moeten zoeken naar de overnachtingsplaats. Zorg dat de route aantrekkelijk en afwisselend is. Breek de route voor bijvoorbeeld een bezoek aan een museum, kasteel of cafeetje. Het fietsen moet wel leuk blijven. Wissel daarom een fietsdag af met een rustdag. Tijdens de rustdag kun je een aantal activiteiten in de buurt van de overnachtingsplaats ondernemen. Oefen van tevoren een aantal keren. Je vergist je dan niet in de af te leggen afstand en de fietsvaardigheid van je scouts. Let op het materiaal. Soms fietsen scouts met een beperking erg weinig, waardoor een fiets te klein of niet in orde is.

'We waren 's ochtends rond half elf vertrokken op fietsen en tandems naar Maastricht. Door de warmte viel de terugweg een beetje tegen. Toen we uiteindelijk rond zeven uur 's avonds aan kwamen fietsen, bleek dat de andere kampeergasten al enigszins ongerust waren en op het punt stonden met hun auto te gaan zoeken.'

### *'Groen kamperen'*

Bij 'groen kamperen' moet je denken aan kamperen bij de boer of op een natuurkampeerterrein. Dit zijn dus kleinschaliger vormen van kamperen dan op bijvoorbeeld de Scouting Labelterreinen. Als je dan ook nog kiest voor het verplaatsen per fiets of tandem, heb je echt een 'anders-dan-anders-kamp'. Bij het kiezen van een klein terrein let je in principe op dezelfde zaken als een reguliere groep doet. Daarnaast moet je rekening houden met een aantal specifieke zaken die jouw scouts nu eenmaal nodig hebben. Is het terrein geschikt voor een groep(je)? Is het sanitair bijvoorbeeld wel toereikend? Verder heb je bij kleinschalig kamperen meer contact met je burens, die je van tevoren niet kent. Vinden de leden van je groep dit leuk? Kun je dit zelf goed in de hand houden? Bij kamperen bij de boer sta je in een weiland of op het erf onder het toezicht van de boer. Het moet wel klikken tussen jullie! Geef bij het reserveren van een terrein aan wat een kampeerboer kan verwachten. Beter een ander terrein gezocht, dan een vervelende kampeerweek met veel irritaties over en weer.

Ten slotte is het verstandig vooraf afspraken te maken over de financiële kant van de zaak. Vaak rekenen beheerders van dit soort terreinen een bedrag per tent en per persoon. Dat kan wel eens een minder leuke verrassing zijn.

### **Als het kamp achter de rug is...**

#### *De evaluatie*

Na een lange, vermoeiende week ben je weer veilig terug. Als de kinderen weer naar huis zijn, zit voor de leiding het kamp er meestal nog niet op!

Heb je gekampeerd, dan moet je alle tenten uithangen. De kisten en andere materialen moet je uitzoeken en opruimen. Wees daar duidelijk in als je extra mensen meevraagt op je kamp. Zorg desnoods voor wat 'frisse' hulptroepen bij het uitpakken en opruimen, bijvoorbeeld leiding van een speltak die al eerder op kamp is geweest. Soms willen ouders ook graag meehelpen. Bij de speltakken voor oudere leden kun je afspreken dat leden zelf meehelpen opruimen. Zorg dat dit wel duidelijk is vooraf hoe laat men klaar is en de ouders ze op kunnen halen, cq. hoe laat men naar huis kan. Na een douche is het vaak gezellig 's avonds met de leiding ergens een hapje te gaan eten om alles nog eens door te praten en vooral veel te lachen. Houd geen loodzware evaluaties. Vergeet niet ouders of andere mensen die je hebben geholpen te bedanken. Je kunt bijvoorbeeld zelfgemaakte kaartjes sturen die je tijdens het kamp hebt gemaakt.

Na een paar weken, als het seizoen weer start, is het goed een totale evaluatie van het kamp te houden. Kijk vooral naar de positieve dingen! Wat ging er goed en welke activiteiten waren een succes? Weet je ook waarom het een succes was, was dat de inzet van één leider of het goede weer? Schroom echter niet om ook minder positieve elementen te bespreken. Blijf niet hangen in wat niet goed was, maar probeer te kijken wat er komend jaar anders moet. Van een evaluatie kun je veel leren. Een goede evaluatie is het begin van een nog beter zomerkamp!

'Tijdens de jamboree ontdekten we dat de toiletwagens alleen bereikbaar waren via een trapje. Niet handig met tien rolstoelers! Een oplossing vonden we met de oprijplanken, maar het bleef een krachttoer om een rolstoel naar boven te duwen. De eerste dag waren onze scouts een beetje verlegen tegenover al die 'vreemden' in het toiletgebouw. Na de derde dag troffen we in het 'uurtje voor jezelf' verscheidene scouts aan in tenten en caravans van andere kampeerders waar ze waren uitgenodigd op de koffie.'



## 5.10 Tips voor uitstapjes

Hieronder vind je een aantal tips en mogelijkheden voor uitstapjes die geschikt zijn voor scouts met een beperking.

- Sommige pretparken zijn bijvoorbeeld goed ingesteld op rolstoelers. Je kunt via een andere ingang naar binnen en je wordt door medewerkers goed opgevangen. Je moet wel in de gaten houden dat dit soort informatie steeds verandert. Zorg dus altijd dat je ruim van tevoren de gegevens controleert van de hier genoemde activiteiten, pretparken en zwembaden. Een VVV-pagina van de plaats waar je naartoe gaat, kan ook een goede informatiebron zijn.
- In een museum kun je de grote groep in kleine groepen opsplitsen. Met wat extra begeleiders kun je toch alles bekijken.
- Sommige kinderen hebben individuele begeleiding nodig. Zorg bij bepaalde activiteiten voor extra handen. Iemand hoeft soms niet het hele kamp mee, maar wel bij een bepaald uitstapje.
- In pretparken en zwembaden is het meestal heel druk. Je kunt elkaar hier gemakkelijk uit het oog verliezen. Het is handig om vooraf afspraken te maken. Je kunt bijvoorbeeld in kleine groepen uit elkaar gaan. Ieder groepje gaat samen met iemand van de leiding op pad. Spreek een plaats en tijd af om elkaar tijdens de lunch of aan het einde van de middag weer te zien. Tijdens een kamp in het buitenland kun je scouts die de taal niet goed spreken een verdwaalkaartje meegeven. Op dit verdwaalkaartje staan de naam, het kampadres en het noodtelefoonnummer. Je kunt het kaartje plastificeren en er een zacht stevig koord doorheen doen.

Enkele suggesties voor leuke excursies:

- Pretparken, zoals De Efteling, Avonturenpark Hellendoorn, Land van Ooit, en Attractiepark Slagharen.
- Speeltuinen: een aantal speeltuinen in Nederland is ingesteld op kinderen met een beperking. In Schiedam is de speeltuin Fort Drakensteijn geopend. Deze speeltuin is voor kinderen met en zonder beperking.
- Dierentuinen: Noorderdierenpark Emmen en Diergaarde Blijdorp (speciale rondleidingen voor visueel beperkten, toegankelijkheid van alle dierenverblijven is niet altijd optimaal). Let bij dierentuinen op kinderen die last hebben van allergieën.
- Zwembaden.
- Excursies met Staatsbosbeheer en Natuurmonumenten: overleg eerst (telefonisch) met een gids. Je treft vaak leuke, enthousiaste boswachters.
- Bioscopen: let bij bioscopen op de brandweervoorschriften. Soms mag er maar een bepaald aantal rolstoelen in.
- Musea.
- Safaripark Beekse Bergen is ook interessant voor kinderen met een verstandelijke beperking onder leiding van een gids met een niet te grote groep.
- Bakkerijmuseum in Oosterhout (Noord-Brabant): het personeel heeft ervaring met kinderen met een verstandelijke beperking. De kinderen mogen daar zelf brood en koekjes bakken.