



**GENIET VAN HET LEVEN!**

Omgangsregels

## **INHOUDSOPGAVE**

### INHOUDSOPGAVE

#### VOORWOORD

#### 1 KLEDING AAN- EN UITTREKKEN

##### 1.1 UITKLEDEN

##### 1.2 AANKLEDEN

##### 1.3 VOORBEELDEN

#### 2 TILLEN, TRANSFEREN & VERPLAATSEN

##### 2.1 PASSIEF TILLEN & TRANSFEREN

##### 2.2 VALGEVAAR (BIJV.: POTS/EPILEPSIE/EVENWICHTSSTOORNIS)

##### 2.3 HANDREIKING

#### 3 VOEDING (ETEN EN DRINKEN)

##### 3.1 ZELFSTANDIG ETEN

##### 3.2 MET HULP ETEN

##### 3.3 DIËTEN EN ALLERGIEËN

##### 3.4 ANDERE VORMEN VAN VOEDING

#### 4 HULPMIDDELEN, HULP/INSTRUCTIE & 'LABELS'

##### 4.1 VERVOER

##### 4.2 KLEINE HULPMIDDELEN

##### 4.3 GROTE HULPMIDDELEN

##### 4.5 TWIJFEL AAN VEILIGHEID/TOEREKENINGSVATBAARHEID

##### 4.6 COMMUNICATIE

#### 5 EIGEN VRIJWILLIGER

#### 6 AAN- EN AFMELDEN / ORGANISATIE

##### 6.1 AANMELDEN

##### 6.2 AFMELDEN

##### 6.3 MEERMAALS NIET AFMELDEN

##### 6.4 AFMELDEN NA SLUITINGSDATUM

### **VOORWOORD**

Beste deelnemer of vrijwilliger, fijn dat je dit document wil lezen! We groeien als stichting steeds harder, wat betekent dat er steeds meer vrijwilligers en deelnemers bij komen. Elk met hun eigen kwaliteiten en behoeftes. Om er voor te zorgen dat iedereen weet waar ze aan toe zijn hebben we dit document opgesteld. Hierin staan de do's en dont's opgesteld die we binnen de stichting hanteren. Alles is vrij zwart - wit opgeschreven om er voor te zorgen dat er ten alle tijde duidelijkheid is. Schrik hier niet van af; we gaan graag samen eerst in gesprek bij uitzonderingen of problemen. We denken in beginsel altijd in mogelijkheden! Als deelnemer of vrijwilliger ga je wel akkoord met wat er in dit document staat, dit is een vereiste voor deelname. Zo kunnen we samen ten volle genieten van de evenementen; want daar gaat het om!

Het belangrijkste:

- Lees je in dit document (ADL)handelingen die voor jou als deelnemer wel van toepassing zijn maar als niet mogelijk voor onze vrijwilligers worden omschreven? Geen zorgen, hoofdstuk 5 over een eigen vrijwilliger is dan voor jou geschreven, ook hiervoor zijn er oplossingen.
- Dit document is grotendeels geschreven richting deelnemers, uiteraard kun je dus daar waar er vrijwilliger staat lezen wat er wel en niet geldt als je als vrijwilliger meedoet.
- Heb je (voor je aanmelding definitief wordt) nog vragen, is er iets wat we gemist hebben wat wel in dit document zou moeten staan of wil je om andere redenen contact over de zaken besproken in dit document? Neem dan contact op met onze secretaris Loes Bomers via [secretaris@leefjongeren.nl](mailto:secretaris@leefjongeren.nl) of bel/app haar op 0634762707, we horen graag van je.

En als laatste: welkom bij stichting Leef Jongeren! We hopen je snel te zien bij een van de aankomende evenementen.

Namens stichting Leef Jongeren,

René Hagemans

Voorzitter

Frank Hagemans

Penningmeester

Loes Bomers

Secretaris

**1. KLEDING AAN- EN UITTREKKEN****1.1 UITKLEDEN****1.1.1 Overkleding**

Zogenaamde “overkleding” van deelnemers mag aan- en uitgetrokken worden door vrijwilligers. Je spreekt hierbij over (regen)jassen, poncho’s, regenbroeken, vesten, sjaals, handschoenen etcetera. Hierop is een belangrijke uitzondering met betrekking tot tillen (zie hier voor punt 2.1).

**1.1.2 Onderkleding**

De zogenaamde “onderkleding” oftewel, kleding die het lijf en/of ondergoed blootstelt na uittrekken (anders dan een blote arm bij bijvoorbeeld een vest) wordt niet door onze vrijwilligers uitgetrokken. Hier moeten we helaas vanwege de huidige sfeer in de maatschappij streng op toezien om onze vrijwilligers te beschermen. Dit valt samen te vatten in de vraag: is dit in het openbaar te doen? Een vest of trui kan prima midden op een terras uitgetrokken worden, een regenbroek ook. Een broek daarentegen? Die wil je toch echt in privésfeer uitgedaan hebben, in dat geval kunnen onze vrijwilligers je daarbij niet assisteren. Tenzij deze vrijwilligers zelf geregeld (hoofdstuk 5) zijn en/of onder directe familie vallen (ouders, broers, zussen, kinderen).

**1.2 AANKLEDEN**

Voor aankleden geldt dezelfde splitsing als hierboven bij punt 1.1. Overkleding kan aan getrokken worden, onderkleding (zoals broeken, shirts etc. niet).

**1.3 VOORBEELDEN**

Een voorbeeld hierbij is de zogenaamde “warmtekleding”, heb jij een tanktop aan en daaroverheen t-shirt omdat de dag koud begonnen is? Dan kan het t-shirt uitgetrokken worden door een vrijwilliger. Idem voor een lange broek over een korte broek. Moet de broek echter helemaal uit voor het verwisselen en gaan we dan via het ondergoed? Dan is het een harde nee. Evenzo met de uitzondering tillen, moet er voor de broek getild worden? Dan is het een nee. Kan je zelf staan terwijl de vrijwilliger de over(regen)broek naar beneden kan doen? Dan is het akkoord.

**2. TILLEN, TRANSFEREN & VERPLAATSEN****2.1 PASSIEF TILLEN & TRANSFEREN**

Passief tillen; oftewel getransferd worden, geassisteerd worden door tillen, duwen, sjoeren of volledig op een vrijwilliger leunen is niet toegestaan. Onze vrijwilligers zijn ongeschoold en hebben dan ook niet de juiste training en hulpmiddelen om hier op in te spelen. Maak je zelf gebruik van passieve transfers/een tillift/een glijlaken of andere zaken? Dan zul je hiervoor jouw eigen vrijwilliger en hulpmiddelen (zie hoofdstuk 4&5) mee moeten nemen. Uiteraard gaan we graag in overleg om uit te zoeken of jij met die hulpmiddelen ook volwaardig mee kan doen aan het evenement.

**2.2 VALGEVAAR (BIJV.: POTS/EPILEPSIE/EVENWICHTSSTOORNIS)**

Is er tijdens het transferen en/of verplaatsen, als je dit zelfstandig doet, valgevaar? Dan horen we dit graag van je. Dan kunnen we samen afspreken wat er nodig is om dit, binnen haalbare kaders, veilig en begeleid te doen. Zo kan er bijvoorbeeld afgesproken worden dat er altijd iemand op je wacht bij het toilet. Als er dan wat gebeurt is er altijd iemand in de nabijheid die alarm kan slaan. Of misschien kan je toch jouw eigen vrijwilliger mee nemen die je hierbij veilig kan houden.

**2.3 HANDREIKING**

Vrijwilligers kunnen wel ten alle tijde (behalve bij uitgesloten zaken zoals beschreven in hoofdstuk 1) een handreiking doen. Dat houdt in dat ze hun hand(en) kunnen uitsteken en je daarmee wat meer stabiliteit kunnen geven. Bijvoorbeeld in het geval van slechthoofdpijn je kunnen begeleiden veilig manoeuvreren. Of in het geval van evenwichtsproblemen net dat extra hulpje bij traplopen. Richting het toilet/omkleedhok kan wel, echter tot aan de deur van die faciliteit, in het toilet/hokje zelf zul je je zelfstandig moeten kunnen redden.

**3. VOEDING (ETEN & DRINKEN)****3.1 ZELFSTANDIG ETEN**

Indien je zelfstandig kan eten is dat natuurlijk erg prettig. Vrijwilligers kunnen je ten alle tijde helpen met kleine hand- en spandiensten zoals een flesje open maken, iets aanreiken

of voor je weggoeien of even de koffie voor je halen. We vinden het fijn dat je zo veel mogelijk zelfstandig doet, maar je mag ook genieten en ontspannen op een dagje uit.

### 3.2 MET HULP ETEN

Indien je hulp nodig hebt met eten zijn er een aantal zaken die onze vrijwilligers helaas niet kunnen doen. Als het gaat om eten voorbereiden, dingen halen, spullen uit een tas pakken, brood snijden, je drankje roeren, een rietje in een fles doen en al dat soort voorbereidende zaken zitten we helemaal goed. Dat kunnen onze vrijwilligers als geen ander! De handeling van daadwerkelijk het eten of drinken in/naar je mond brengen is echter iets wat je echt zelf moet kunnen. Zo kan een vrijwilliger een hap brood voor je aan de vork prikken, maar je zult zelf de vork naar je mond moeten kunnen brengen. Dit omdat er anders toch mogelijk verslikingsgevaar is, en onze vrijwilligers zijn niet geschoold op het veilig voeden van een medemens. Heb je toch intensievere hulp nodig, zoals bijvoorbeeld het eten in je mond doen? Hoofdstuk 5 is voor jou!

### 3.3 DIËTEN EN ALLERGIEËN

Heb je een allergie of speciaal dieet? Bij evenementen waar wij voor het eten zorgen zullen we altijd vragen bij de aanmelding of hier sprake van is. Waar mogelijk zorgen we er voor dat er eten is wat veilig voor jou bereid is. Soms zijn restrictielijsten echter erg lang, in dat geval zullen we samen van te voren even bespreken óf er voor jou eten/drinken bij zit dat voldoet voor je, of dat we een andere oplossing zoeken (zoals zelf eten mee nemen en het bonnetje declareren).

### 3.4 ANDERE VORMEN VAN VOEDING

Er zijn deelnemers met speciale (drink)voeding, sondes, PICC lijnen of andere medische oplossingen rondom voeding. Hier kunnen we helaas geen alternatief voor bieden. Onze vrijwilligers kunnen niet helpen bij het toedienen van dit soort voeding (uitgezonderd bijvoorbeeld de dop van een fles open maken). Wees uiteraard wel welkom. Ook als we uit eten gaan bijvoorbeeld, kan je zelf niet mee eten maar lijkt het je heerlijk om er wel een keer bij te zijn? Meld je dan gewoon aan, we zetten ook voor jou graag een stoel klaar (of juist weg dan).

## 4. HULPMIDDELEN, HULP/INSTRUCTIE & 'LABELS'

### 4.1 VERVOER

#### 4.1.1 *Vervoer naar een evenement*

Dit regel je in principe zelf, dus de taxi het OV of de autorit naar de locatie. Wel vinden sommige deelnemers of vrijwilligers het fijn om samen te reizen. De plek waar dit het makkelijkste geregeld word is de 'KLETS' whatsapp. Je kan het echter ook aangeven bij je aanmelding of de secretaris direct contacteren met de vraag of er iemand uit jouw regio mee gaat.

#### 4.1.2 *Vervoer tijdens het evenement*

Kan echter onderdeel van onze hulp zijn. Zo kunnen onze vrijwilligers je begeleiden bij slechtheid, je rolstoel duwen indien je zelf te moe bent of bijvoorbeeld zelf slecht diepte in kan schatten en je door een evenement heen leiden als je de eerste keer erg spannend vind. Echter; geef dit altijd aan! We stellen de vraag altijd in het aanmeldformulier. Geef je niet aan dat, en zo ja waarmee je hulp nodig hebt; dan kunnen we hier geen rekening mee houden. Al ga je voor de 50e keer mee, blijf het aangeven.

#### 4.1.3 *Verplaatsen tijdens een evenement*

We zullen altijd aangeven hoe toegankelijk het evenement is en je altijd vragen of je met een hulpmiddel komt. Voor in de toekomst: HARO staat hierbij voor HAndbewogenROLstoel en ELRO voor ELektrischeROLSTOEL. Het gaat hierbij specifiek om het type frame. Een rolstoel met een e-fix/E-drive/E-Motion is nog steeds in beginsel een HARO. Je kan in het aanmeldformulier aangeven of je hulp nodig hebt met geduwd worden, meesturen of bijvoorbeeld iemand die nabij blijft.

### 4.2 KLEINE HULPMIDDELEN

Indien je gebruik maakt van kleine hulpmiddelen, neem die dan vooral mee. We praten hier dan bijvoorbeeld over aangepast bestek, speciale drinkbekers en eet hulpen maar ook over bijvoorbeeld zaken als schootskleden. In de regel kunnen vrijwilligers je helpen met het klaar zetten/gereed maken van deze hulpmiddelen. De assistentie hierbij blijft altijd op eigen verantwoordelijkheid van de deelnemer.

### 4.3 GROTE HULPMIDDELEN

Er zijn soms ook grote hulpmiddelen nodig van glijzeil tot werkblad en van voetsteun tot speciale rugzak. Ook hiervoor geldt dat vrijwilligers in beginsel kunnen helpen bij het klaar zetten/gereedmaken hiervan. Het uitvoeren van een eventuele bijbehorende taak is echter vaak werk voor een eigen vrijwilliger (hoofdstuk 5). Zo is een glijzeil pakken geen probleem, de transferhulp die daar bij nodig is is echter niet mogelijk. Een werkblad opklappen bijvoorbeeld is geen probleem.

Is er noodzaak voor grotere zaken zoals een tillift? Dan zullen we echt moeten bekijken per evenement wat er mogelijk is. Houd er rekening mee dat wij als stichting dit soort hulpmiddelen niet zelf kunnen leveren, je zult ze altijd uit eigen beheer moeten meenemen en op eigen verantwoordelijkheid.

#### 4.4 HULP INSTRUEREN / 'LABELS'

We gaan er vanuit dat je vanuit eigen regie een vrijwilliger kan aansturen en communicatief vaardig genoeg bent om kenbaar te maken wat er nodig is. Óók als jij je eigen vrijwilliger mee neemt verwachten we dat je volledig toerekeningsvatbaar bent. We vinden het absoluut geen probleem als je langzamer praat, ADHD hebt, autisme, spasmes of wat dan ook. Het is echter wel zaak dat je elke vrijwilliger (of deelnemer ;-)) die aan je gekoppeld wordt/bij je in de groep zit kan uitleggen wat er nodig is. Vanwege de opzet van de stichting verandert de samenstelling van aanwezigen tijdens een evenement continue, het moet dus niet uitmaken wie er naast je staat.

Daarnaast is het belangrijk dat je in staat bent (zowel deelnemer als vrijwilliger) om instructies op te volgen. We verwachten een pro-actieve houding; wat maakt dat er snel geschakeld kan worden of in geval van nood snel gehandeld kan worden.

#### 4.5 TWIJFEL AAN VEILIGHEID/TOEREKENINGSVATBAARHEID

Indien we als bestuur twijfelen aan de veiligheid van een deelnemer of vrijwilliger en/of mogelijkheid om volwaardig mee te doen behouden we ons het recht voor om zonder opgave van reden iemand te weigeren en/of naar huis te sturen. Uiteraard zullen we dit ten alle tijden proberen te voorkomen.

#### 4.6 COMMUNICATIE

##### 4.6.1 *Rondom uitnodigingen, evenementen, wijzigingen in gegevens of vragen*

Voor deze zaken is in principe de secretaris altijd de eerste contactpersoon. Zij (Loes) is te bereiken per mail of telefoon (bovenaan dit document beschreven).

##### 4.6.2 *Tijdens een evenement - bij algemene nood*

Tijdens een evenement is, uitzonderingen daargelaten, de secretaris bereikbaar en daarnaast nog minimaal één aanwezig bestuurs- en/of evenementencommissielid. We starten altijd centraal dus dat wijst zich in principe vanzelf. De vrijwilligers zijn ook op de hoogte van de aanwezige organisatie. De telefoonnummers zullen ook kenbaar gemaakt worden in de e-mail die je vertelt dat je ingeloot bent.

##### 4.6.3 *Tijdens een evenement - medische zaken (óók voor vrijwilligers!)*

Heb je bijvoorbeeld epilepsie, POTS, een hartaandoening, diabetes of een ander medisch gerelateerde aandoening, maar doe je wel zelfstandig mee? Zorg er dan voor dat de vrijwilliger in jouw groep (én geef het aan bij aanmelden) of de dichtstbijzijnde vrijwilliger/bestuurslid hier van op de hoogte is. Zorg er ook voor dat je altijd een document bij je draagt waarop telefoonnummers staan in geval van nood, de medicatie die je gebruikt en de medische aandoeningen/bijzonderheden die voor jou gelden. Als er dan wat gebeurt, gerelateerd aan je ziekte of daar los van, dan kunnen we de juiste mensen bellen en indien nodig de hulpdiensten op de hoogte brengen. We verwachten hierin wel een pro-actieve houding, ben eerlijk en schaam je alsjeblieft niet, geen enkele informatie is ons te gek. Indien er discretie nodig is en/of als je je niet zeker voelt om iets te delen neem dan even direct contact op met de secretaris. Dan overleggen we even hoe we er voor kunnen zorgen dat het veilig en haalbaar blijft zonder al te veel te delen.

We slaan deze (medische) informatie wel op voor intern gebruik zoals ook beschreven in ons privacybeleid. Alles staat veilig opgeslagen op systemen die aan de hoogste veiligheidseisen voldoen en actief gemonitord worden op veiligheid.

##### 4.6.4 *Overig en/of dringende zaken*

We hebben een aantal whatsapp groepen speciaal voor Leef Jongeren. Na aanmelding ontvang je hierover een berichtje op whatsapp van de secretaris (niet gehad na aanmelding? Neem contact op!). Alle groepen op één na hebben een informeel karakter. De 'info-app Leef Jongeren' is een formele en verplichte app. In deze app kunnen alleen het bestuur en de evenementencommissie berichten plaatsen, deelnemers/vrijwilligers kunnen niet reageren en worden dringend gevraagd ook niet met emoji's te reageren op

berichten. Zo blijft het aantal meldingen van deze app beperkt. Op die manier kunnen we belangrijke informatie en wijzigingen snel delen, denk aan belangrijke adreswijzigingen of het corrigeren van fouten in een gestuurde uitnodiging. In geval van nood kunnen we tijdens een evenement iedereen die mee is snel bereiken. Deelname aan deze whatsappgroep is dan ook een vereiste voor deelname aan evenementen.

## 5. **EIGEN VRIJWILLIGER**

Indien je hulp nodig hebt die onze vrijwilligers niet kunnen bieden is het alternatief om een eigen vrijwilliger mee te nemen. Dit houdt in dat een familielid, bekende, vriend(in), partner of bijvoorbeeld ADL-begeleider met je mee gaat. Iemand in jouw omgeving die bekend is met de handelingen die moeten worden uitgevoerd en die er zorg voor kan dragen dat jij voorzien bent.

Om te voorkomen dat er keer op keer nieuwe gezichten zijn hebben we hier wel wat voorwaarden aan verbonden.

- Elke deelnemer (die speciale / geschoolde hulp nodig heeft) kan twee vaste eigen vrijwilligers aandragen. Per evenement dat je meegaat/waarbij je ingeloot bent kan je één van die vrijwilligers mee nemen.
- Die vrijwilligers schrijven zich via het aanmeldformulier op de website in. We hebben namelijk bepaalde plichten rondom het runnen van de stichting en vinden het uiteraard ook fijn om te weten met wie we te maken hebben.
- Jouw eigen vrijwilliger zal uiteraard ten alle tijde bij jou ingedeeld worden indien er bijvoorbeeld groepen worden gemaakt.
- Jouw eigen vrijwilliger is er voor jou, nu is het natuurlijk helemaal fijn en prima als jouw vrijwilliger ruimte heeft om ook een ander te helpen. In dat geval gelden dan wel weer alle bovenstaande regels. Ookal is jouw eigen vrijwilliger (medisch) geschoold, om problemen te voorkomen staan we uitzonderingen niet toe.
- In geval van nood is jouw vrijwilliger verantwoordelijk voor jou. Uiteraard laten we jouw vrijwilliger het niet zomaar 'uitzoeken' maar hij/zij moet wel in beginsel voor jouw (en zijn/haar) eigen veiligheid kunnen zorgen.

## 6. **AAN- EN AFMELDEN / ORGANISATIE EVENEMENTEN**

### 6.1 **AANMELDEN**

Voor elk evenement ontvang je per mail via het programma Laposta een e-mail. In deze mail geven we je alle relevante details voor dat evenement. Denk aan informatie over toegankelijkheid, toiletten, verzamelplaatsen en tijden. We verwachten dat je als deelnemer en/of vrijwilliger deze mails goed leest. Aan het einde van de mail kun je met behulp van twee buttons jezelf aan- of afmelden. Wil je mee naar een evenement dan meld je jezelf aan door op de "IK GA MEE" button te klikken en vervolgens op de geopende website de benodigde gegevens in te vullen in het formulier. In de mail staat ook altijd een uiterlijke aanmeld-datum (hierna te noemen sluitingsdatum). Tot deze datum kun je beslissen of je wel of niet mee wil en jezelf ook vrijwillig afmelden.

### 6.2 **AFMELDEN**

Kan en/of wil je niet mee naar een evenement dan meld je jezelf af. Aan- of afmelden via de buttons in de mail is altijd verplicht. Bij het afmelden hoef je alleen op de "IK GA NIET MEE" button in de mail te klikken en op de geopende webpagina je voor- en achternaam in te vullen. We verwachten je afmelding altijd voor de sluitingsdatum.

Heb je jezelf al aangemeld maar kan of wil je alsnog niet mee? Tot de sluitingsdatum kun je jezelf dan alsnog afmelden via de "IK GA NIET MEE" button in de uitnodigingsmail of een e-mail sturen naar de secretaris.

### 6.3 **MEERMAALS NIET AFMELDEN VOOR SLUITINGSDATUM**

We snappen dat een afmelding er een keer tussendoor kan schieten. Echter moeten we wel streng zijn en zullen we je na meermaals geen reactie een e-mail sturen met een laatste waarschuwing om actief te gaan afmelden.

*Deelnemers:* Wordt daar geen gehoor aan gegeven dan zullen we je onherroepelijk uitschrijven als deelnemer. Je kan je dan pas vanaf het jaar erop weer opnieuw inschrijven als deelnemer, valt dan weer hetzelfde probleem voor? Dan schrijven we je uit en is het niet meer mogelijk om als deelnemer mee te doen. We snappen dat dit streng is, maar we regelen met liefde verzorgde en volledig gratis uitjes en verwachten alleen als tegenprestatie dat je goed leest en jezelf aan- of afmeld, dit is een minimale vereiste.

*Vrijwilligers:* Ook van vrijwilligers verwachten we dat ze zichzelf aan- en afmelden voor een evenement. Als je meermaals niet reageert zullen we persoonlijk contact met je opnemen om te overleggen waarom dit zo is en hoe we dit op kunnen lossen. We zien onze vrijwilligers enorm graag, maar we vinden het ook fijn dat ze de mails binnen krijgen, goed lezen en actief betrokken zijn.

#### **6.4 AFMELDEN NA SLUITINGSDATUM EN/OF NIET OP KOMEN DAGEN**

##### *6.4.1 Afzeggen na aanmelden*

Tot de sluitingsdatum kan je jezelf zonder opgave van reden afmelden. Zeg je ná de sluitingsdatum en vóór het evenement toch af (na een aanmelding) zonder dringende reden? Dan noteren we dit. Idem voor de tweede keer. Gebeurt dit echter een derde keer dan volgt er een gegarandeerde uitsluiting bij het volgende evenement waarin je mee wil. We zullen je dan ook direct contacteren om te vragen waarom dit steeds gebeurt, en hoe we dit in de toekomst voorkomen. Gebeurt het daarna nog een keer dan zullen we je onherroepelijk uitschrijven. Vanwege organisatorische drukte geldt deze regel helaas voor zowel deelnemers als vrijwilligers. Kom je zonder bericht helemaal niet opdagen zonder dringende reden? Dan zullen we per incident bekijken wat er nodig is.

##### *6.4.2 Gemaakte kosten*

Als je jezelf afmeldt zonder dringende reden na sluitingsdatum en er zijn al kosten gemaakt voor het evenement, dan zullen we deze aan jou doorberekenen. Je gaat er na inschrijving mee akkoord deze te betalen. Vaak staat de evenementencommissie op standby en zullen ze tickets en materiaal direct na sluitingsdatum aanschaffen, we maken die kosten dus voor jou.

Indien je een derde keer jezelf last minute afmeldt zullen we 100% van de kosten van dat evenement voor één persoon, ongeacht of deze al gemaakt zijn, aan je doorberekenen. Kom je zonder bericht helemaal niet opdagen tijdens een evenement? Ook dan zullen we de kosten aan je doorberekenen.

**Dan nog een belangrijke mededeling; nood breekt wet. Indien er sprake is van een calamiteit en de veiligheid van een deelnemer (of vrijwilliger) komt ernstig in gevaar, handel dan!**