

# ONS VOLKORENKAMP

Buitenlandskamp 16 tot 26 juli 2026





# ONS VOLKORENKAMP



# WELKOM OP ONS VOLKORENKAMP

Heyla!

Je hebt het misschien al horen fluisteren in de gangen, maar... dit jaar organiseren we een buitenlands kamp!

Waar precies, is een verrassing... maar wat we wel kunnen garanderen is dat het *volkorig* gaat zijn. Daarom schreven hieronder een geheel 'eigen' bedacht gedicht. Het is aangeraden dat je het elke avond voor kamp eens opzecht om in de juiste sfeer te geraken.



Onze *volkorige* Vader, die in de *volkoren* hemelen zijt,  
geheilgd zij uw *volkorenlijke* Naam,  
uw *volkorenkoninkrijk* kome,  
uw wil geschiede op de *volle* aarde als in de *korige* hemel.  
Geef ons heden ons dagelijks *volkoren* brood,  
en vergeef ons onze *gerafinneeerde* schulden,  
gelijk ook wij vergeven onze *niet-volkoren* schuldenaren,  
en leid ons niet in *bekoring*,  
maar verlos ons van het kwade.

[Want van U is het *volkorenkoninkrijk*  
en de kracht en de *korige* heerlijkheid  
tot in *volle* eeuwigheid.]

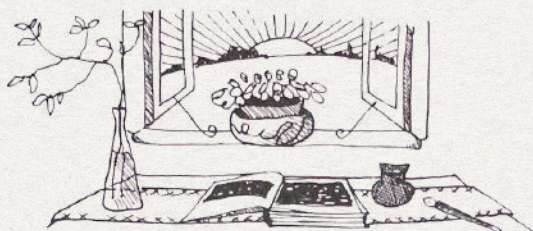
Amen.

# WIE CONTACTEREN VOOR WAT?

In onderstaande tabel alle contactgegevens bij elkaar, zo weet je meteen wie te contacteren voor je vragen!

Wat?	Wie?	Hoe?
Vragen over het kamp & noodgevallen tijdens het kamp	Kampvoorzitters Carlo De Proft & Clara Schurmans	<a href="mailto:carlodeproft@gmail.com">carlodeproft@gmail.com</a> <u>+32 484 84 21 45</u> <a href="mailto:clara.schurmans@jnm.be">clara.schurmans@jnm.be</a> <u>+32 499 89 36 67</u>
Noodgevallen tijdens het kamp	Noodtelefoon JNM Nationaal	<u>+32 486 13 54 20</u>
Vragen over administratie	JNM Nationaal	<a href="mailto:kampenadmin@jnm.be">kampenadmin@jnm.be</a>
Voor al je andere vragen	JNM Nationaal	<a href="mailto:kampen@jnm.be">kampen@jnm.be</a>
Voedselallergieën	Foer Robin Vermeulen	<a href="mailto:robino.vermeulen@gmail.com">robino.vermeulen@gmail.com</a>
Medische vragen	EHBO Chiara Jacobs	<a href="mailto:chiarajacobs35@gmail.com">chiarajacobs35@gmail.com</a>
Vragen over het inschrijvingsgeld	Ping Andries Vanvinckenroye	<a href="mailto:andrieskivv@gmail.com">andrieskivv@gmail.com</a>
Vragen over materiaal	Kampvoorzitters Carlo De Proft	<a href="mailto:carlodeproft@gmail.com">carlodeproft@gmail.com</a>

(Liefdes) brieven en volkoren receptjes opsturen zal voor dit kamp niet mogelijk zijn, aangezien onze locatie top-secret is ;)



## PRAKTISCHE INFO

### DATA EN LOCATIE

Het kamp gaat door van **16/07** tot en met **26/07**.

We spreken we af aan het **station van Brussel-Zuid**. Van hieruit vertrekken we dan samen op avontuur! Wij regelen de treintickets (vanaf daar), het enige dat jullie moeten doen is onze opstapverantwoordelijken volgen :) Wie zij zijn en de specifieke uren van vertrek volgen nog op de site en in een mailtje. Op 26/07 zullen we ergens in de avond terug aankomen.

### MEDISCHE VRAGEN

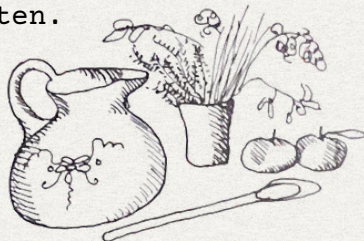
De **ingevulde medische fiche** geef je, samen met klevertjes van je mutualiteit en je ID-kaart af aan de EHBO of kampvoorzitter ([zie p. 13](#)). Na het kamp krijg je deze terug.

Vertrek zeker niet op kamp als je **ziek** bent, maar overleg met de begeleiding of het mogelijk is om je kind een aantal dagen later te laten deelnemen.

**Contactgegevens EHBO**  
Chiara Jacobs  
[chiara.jacobs35@gmail.com](mailto:chiara.jacobs35@gmail.com)

### VOEDSELALLERGIËN?

Heb je een voedselallergie? Meld dit zo snel mogelijk aan de FOER Robin. Zo kunnen we daar rekening mee houden bij het opstellen van het menu en het kopen van eten.



**Contactgegevens FOER**  
Robin Vermeulen  
[robino.vermeulen@gmail.com](mailto:robino.vermeulen@gmail.com)

## PRIJS EN BETALING

De prijs is €400, dat is met vervoer inbegrepen. **Voor 9 juli** moet het bedrag worden overgeschreven naar Jnm Hageland-Zuiderkempen.

Bankinformatie:

JNM AFD HAGELAND ZUIDER

BE15 7855 5547 3030

Over te schrijven bedrag: €400

Mededeling: 'NAAM + VOORNAAM' van het lid

**Contactgegevens VOORZITTER**  
Clara Schurmans  
[clara.schurmans@jnm.be](mailto:clara.schurmans@jnm.be)

## REISTOELATING VOOR MINDERJARIGEN

Als je **minder dan 18jaar** bent tijdens Grotenkamp, dan moeten we over een reistoelating beschikken. Deze kan je aanvragen bij de gemeente. Daarvoor moet je het land waar we heengaan weten, dit kan je (via je ouders of andere kennis) aan VOORZITTER Clara vragen.

## WE GAAN WANDELEN!

### OP DE PLANNING

Dit is geen trekkamp voor de hele tien dagen, maar we gaan wel **veel wandelen** en zelf enkele dagen op rij. Bereid je dus goed voor en **voorzie dat je al dat je nodig hebt kan dragen**. Onderweg met de trein zal dat al handiger zijn, maar een beetje extra is daar niet zo erg. Op de kampplaats kunnen we spullen achterlaten. Je matje en slaap en andere noodzakelijke spullen voor een overnachting mogen wel niet te veel wegen!

Bovendien gaan we allen in **trektentjes** slapen (zoals in Slovenië voor wie daarbij was). En eten we enkele avonden van op kleine gasvuurtjes. Dus ook **kamppeerkookgerief** hoort voldoende aanwezig te zijn.

Ook hiervoor rekenen we op het materiaal van elkaar. ([Zie p.9](#))



## NIET -MEENEELIJST

De volgende zaken neem je best niet mee op ons kamp en kun je dus maar beter thuislaten:

- **Zaken zoals valiezen, veldbedden of luchtmatrassen, waar je niet mee kan gaan wandelen.**
- Nutteloze wegwerpprommel. PET-, PVC-flessen en blikjes belanden als zwerfafval in de natuur en vergaan erg langzaam. Hierdoor belasten wegwerpverpakkingen het milieu aanzienlijk.
- Duur materiaal: materiaal is niet verzekerd, laat het thuis om discussie te vermijden!

## UITLEENSTEEEM

### VERPLICHTE EXCEL!

Omdat we weten dat niet iedereen over het nodige materiaal om te gaan trekken beschikt en we ook niet willen dat er met veel meer gesleurd moet worden dan nodig, hebben we een excel gemaakt. Daarop **moet** je aangeven of je beschikt over een tent en/of kampeer-kookgerief. Via de QR-code of deze [link](#) kom je op die pagina uit.

Vragen? Contacteer Carlo ([carlodeproft@gmail.com](mailto:carlodeproft@gmail.com))



### \* UITLEENSTEEEM VAN NATIONAAL

Als JNM willen wij zorgen dat iedereen die op kamp wil, mee kan gaan. Daarom werken wij met een uitleensysteem van **slaapzakken, trekkrugzakken, matjes en gamellen**. Iedereen die daar nood aan heeft, kan die gratis ontlennen.



Wil jij gebruik maken van dit kampeermateriaal? Deze QR-code of deze [link](#) stuurt je door naar onze reserveerpagina. Wij zorgen dat de aanvraag discreet wordt behandeld en dat de deelnemer het kampeermateriaal kan ophalen op het bondssecretariaat, of dat het naar de locatie wordt gebracht door de begeleiding van het kamp.

# WIE IS WIE?

## CARLO - VOORZITTER



Ik ben opper engel,  
ik zing alles  
volkóorlijk voor.  
Aan mij mag je echt  
alle vragen stellen,  
echt alle vragen,  
test het is uit!



## CLARA - VOORZITTER

Meer granen en vol  
met koren dat is wat ik  
wil. Ik ben voorzingerster  
samen met Carlo. Bij ons  
kan je terecht over  
inhoudelijke en  
praktische vragen,  
zolang het niet over de  
geheime zing/brood/  
kampplaats. C you there




**WIST JIJ DAT JE VAN VOLKORENBROOD ETEN BETER KAN ZINGEN?**

**WIST JIJ DAT ONZE KAMPPLAATS ECHT SUPER MEGA COOL IS?**

**WIST JIJ DAT WIT BROOD EEN HOGERE MILIEUIMPACT HEEFT DAN VOLKORENBROOD?**


## ANDRIES - PING




Ik ben de heilige Sint Andries. In de vroege middeleeuwen werd ik aan een diagonaal kruis genageld. 25 jaar geleden ben ik zingend herrezen in dit lichaam om erop toe te zien dat het geld correct wordt uitgegeven.



## ROBIN EN ANTOON - FOERS



Als je iets niet vindt, roep mij dan vlug, want met de hulp van Sint-Antonius vind je alles terug. En ook voor vrolijkheid en een lied, kom je maar naar hier.



Voor honger groot of klein moet je bij mij zijn. Een rommelend buikje tover ik zo om in een rond bolletje. Als je geluk hebt, kan ik ook iets met water en wijn. Daar mag je nog nieuwsgierig naar zijn!



## CHIARA – EHBO

Samen rijzen we naar onbekende broden oorden. Of het nu komt door een spelt, een tijger of een stokbrood, voor elk pain-tje moet je bij mij zijn! Dat het een zalige reis wordt, daar mag je zeker van zijn!



## LIEN – EXCUL

Zie jij het veld door de koren niet, dan moet je bij mij zijn. Ik sta steeds klaar om de weg aan te wijzen en weet de meest goddelijke volkorige plaatsjes in de omgeving zijn. Maar waar dat dan wel niet zou zijn, daarvoor zul je moeten wachten tot op het geweldige kamp ;)



**WIST JIJ DAT WE OP KAMP  
WAARSCHIJNLIJK GEEN VOLKOREN  
CORNFLAKES GAAN ETEN?**

**WEET JIJ DE KAMPLAATS ZIJN?**

**...HOPELIJK NOG NIET**

**Voornaam deelnemer:**

.....

## **MEDISCHE FISCHE**

Deze medische fiche wordt verplicht ingevuld en afgegeven aan de begeleiders bij de start van het kamp.

Vul deze fiche zo volledig en correct mogelijk in. Deze informatie draagt bij tot een veilige en persoonlijke begeleiding van alle leden en wordt vertrouwelijk behandeld door de begeleiders.

Indien de deelnemer belangrijke allergieën heeft of er relevante aandachtspunten aanwezig zijn, gelieve deze ruim op voorhand door te geven aan/te bespreken met de kampvoorzitter en/of EHBO-verantwoordelijke.

Indien de deelnemer bij de start van het kamp ziek is of symptomen vertoont, gelieve dan thuis te blijven en over enkele dagen te herevalueren of deelname gewenst is.

Het betaalde deelnamegeld wordt teruggestort op vertoon van een ziektebriefje.

### **Algemene gegevens:**

Primair adres waarop we u kunnen bereiken: Officieel adres van ouder / voogd / jezelf indien +18 (schrappen wat niet past)

Naam		Voornaam	
Straat en nr.			
Postcode		Gemeente	
Tel./GSM		E-mail:	

Eventueel tweede contactpersoon die we kunnen bereiken gedurende het kamp of gegevens van andere ouder: ouder/voogd (schrappen wat niet past)

**Naam:** \_\_\_\_\_ **Voornaam:** \_\_\_\_\_

**Tel./GSM:** \_\_\_\_\_

Wie contacteren als de ouders niet bereikbaar zijn (in volgorde van belangrijkheid)

**Naam:** \_\_\_\_\_ **Voornaam:** \_\_\_\_\_

**Tel./GSM:** \_\_\_\_\_

**Voornaam deelnemer:**



.....

**Deelname aan activiteiten:**

De deelnemer kan en mag deelnemen aan alle activiteiten op maat van de leeftijd (op tocht gaan, spelen, zwemmen, kamperen, ... ) :  ja  nee

Deze activiteiten zijn onmogelijk of niet toegestaan (+ eventuele reden)

.....

Is er bijzondere aandacht nodig om problemen te voorkomen? (bij sporten, hygiëne, sociale omgang, ...)

nee  ja, welke:

.....

**Medische informatie:**

Het is verboden om als begeleider, behalve EHBO, op eigen initiatief medische handelingen uit te voeren. Ook het verstrekken van lichte pijnstillende en koortswerende medicatie zoals Perdolan, Dafalgan of Aspirine is voorbehouden aan een arts. Daarom is het noodzakelijk om via het onderstaande kader vooraf toestemming van ouders te hebben voor het toedienen van specifieke medicatie.

Ik geef als ouder/voogd / meerderjarige deelnemer mijn toestemming om, wanneer snelle reactie nodig is:

rechtstreeks contact op te nemen met de huisarts van de deelnemer

De deelnemer moet specifieke medicatie krijgen :

nee  ja : zeker bijlage doktersattest medicatie laten invullen (zie convo)!

.....

Zijn er ziekten te melden? (vb. astma, suikerziekte, hooikoorts, epilepsie, hartproblemen, ...):

nee  ja + info aanpak:.....

De deelnemer is allergisch voor bepaalde geneesmiddelen, stoffen, dieren of levensmiddelen:

nee  ja : .....

De deelnemer moet een bepaald dieet volgen (meld dit zo snel mogelijk aan de begeleiders):

nee  ja : .....

De deelnemer werd ingeënt tegen tetanus (klem) :

ja - in welk jaar? : .....  nee

(injecties tegen tetanus zijn werkzaam gedurende tien jaar)

De deelnemer heeft luizen:

- ja, en behandeling reeds gestart
- ja, maar nog geen behandeling gestart
- nee

Bloedgroep: .....

Naam huisarts: ..... Tel:.....

**Voornaam deelnemer:**



**Aanvullende opmerkingen :**

Zijn er aandachtspunten vanuit geloofs- of humane overtuiging naar activiteiten of maaltijden toe?

nee  ja , welke: .....

andere aandachtspunten die belang kunnen hebben bij de omgang met de deelnemer :

Door deel te nemen aan activiteiten geeft u JNM expliciet de toestemming om foto's te nemen van u / uw kind en deze foto's te gebruiken in publicaties, promomateriaal en online toepassingen van JNM.

In het kader van de bescherming van de privacy van JNM'ers (en in lijn met de GDPR, de Europese wetgeving over de bescherming van persoonsgegevens) wordt elke medische fiche na afloop van het kamp vernietigd, of terug meegegeven met de deelnemer. De volledige privacyverklaring van JNM kan je vinden op [www.jnm.be/privacy](http://www.jnm.be/privacy)

Kleef hier de ISI+ of ID-kaart van je kind + 2 klevertjes van het ziekenfonds:

ISI+- of eID-kaart
--------------------

2 klevertjes
--------------

Bericht aan de EHBO-verantwoordelijke: deze medische fiche moet op het einde van het kamp vernietigd of teruggegeven worden aan de (ouders van) het lid.

Ondergetekende verklaart dat de ingevulde gegevens volledig en correct zijn

.....  
(voornaam + naam) , ouder / voogd (schrappen wat niet past of indien meerderjarige deelnemer)

van .....

(voornaam + naam kind / meerderjarige deelnemer)

Datum : ..... Handtekening :



Voornaam deelnemer:

.....

## **DOKTERSATTEST MEDICATIE**

Ondergetekende, dokter in de geneeskunde,

.....

.....

verklaart hierbij dat (voornaam en naam van het kind/de jongere):

.....

.....

geboren op: ..... mag deelnemen aan het JNM-kamp  
en volgende medicatie moet toegediend krijgen :

naam geneesmiddel:

..... dosering

(hoeveelheid en frequentie dag/uur):

.....

.....

wijze van toediening :  door leiding  zelfstandig in te nemen  door  
verpleegkundige

bewaring: (vb. koelkast) .....  O door leiding   
zelfstandig

eventuele einddatum van de behandeling:

.....

waarvoor dient deze medicatie:

.....

.....

mogelijke bijwerkingen waarmee de leiding rekening dient te houden:

.....

.....

Indien meerdere geneesmiddelen dienen genomen te worden, gelieve  
meerdere attesten in te vullen.

telnr van de arts: .....

opgemaakt te (plaats): ..... op (datum):

.....

handtekening en stempel van de arts:

# ONTDEK DE KAMPPLAATS!

## WEER



maximum  
temperatuur

26°C



minimum  
temperatuur

14°C



uren zonneschijn per  
dag

10




dagen neerslag per  
maand

11



hoeveelheid  
neerslag per maand

 = 31-60 mm

juli

Zoals je kan zien is het weer best wisselvallig. Vergeet dus niet je regenjas EN zwemgerief mee te nemen. Ook een warme (maar niet tde zware) trui kan niet ontbreken.

## VIND DE KAMPPLAATS

Zoek onderstaande woorden en vind de kampplaats!

P	D	V	R	I	E	N	D	E	N	I	E	R	T
N	M	E	K	A	W	A	N	D	E	L	E	N	M
N	E	A	P	G	N	I	S	S	A	R	R	E	V
A	P	N	K	K	A	Z	P	A	A	L	S	L	B
T	A	N	E	T	O	R	G	G	A	T	S	I	U
U	G	D	N	O	V	A	I	E	T	N	O	B	I
U	A	S	V	I	H	L	N	C	M	E	J	E	T
R	M	T	E	O	L	C	H	N	N	G	U	N	E
S	E	A	U	E	L	I	S	N	J	N	L	E	N
T	L	W	Z	P	L	K	W	P	D	I	I	K	L
U	E	E	A	L	R	T	O	I	A	Z	R	K	A
D	G	L	E	T	A	E	E	R	J	T	N	E	N
I	D	N	E	T	E	D	E	N	E	N	S	R	D
E	A	N	O	P	A	R	W	B	T	N	N	T	S

NATUURSTUDIE  
STAPSCOENEN  
BONTE-AVOND  
BUITENLAND  
VERRASSING  
GEZELLIG  
VOLKOREN  
VRIENDEN  
SLAAPZAK  
WANDELEN  
CHILLEN  
TREKKEN  
BEERPUT  
GROTEN  
ZINGEN  
GAMEL  
TREIN  
WATER  
WRAP  
WIJN  
JULI  
ETEN  
TENT  
KAMP  
JNM

# WAT NOG ALLEMAAL

## ALLEMAAL BEESTJES

### TEKEN

Een teek is een klein, bruinzwart, spinachtig diertje dat de grootte heeft van een speldenkop. De teek zet zich vast op lage vegetatie. Als een mens of dier voorbijkomt, ontwaakt de teek, hecht hij zich met zijn mondhoeken vast aan de huid van de gastheer en zuigt hij bloed. Een volgezogen teek kan 7 tot 11 millimeter groot zijn. Zodra de teek vol gezogen is, maakt hij zich los van de huid en laat hij zich op de grond vallen.

De Lymeziekte of Lyme-borreliose is een infectieuze aandoening die je kan oplopen nadat je gebeten bent door een besmette teek. Gelukkig zijn slechts 10% van de teken besmet. Je kan worden gebeten tijdens het wandelen of spelen in loofwouden met een dichte ondergroei, weiden en stadsparken. Hoe langer de teek aan de huid gehecht blijft, hoe meer tijd hij zal hebben om op te zwellen en om de ziekteverwekkende kiemen over te dragen. De Lymeziekte treedt vooral op tussen juni en oktober en is niet overdraagbaar van mens tot mens of dier tot mens. Bescherm je huid door het dragen van lange mouwen, lange broeken en gesloten schoenen. Controleer na het wandelen en spelen of er geen teken op de huid zitten. Je beste vriend(in) of een KC'er kan je daarbij helpen. Let vooral op warme plekjes: knieholtes, bovenbenen, kruis, buik, oksels.

De gevonden teken moet je zo vlug mogelijk verwijderen. Dat doe je zo:

- Neem de huid zo vast dat er een 'heuveltje' ontstaat.
- Tracht de kop van de teek te vatten met behulp van een speciaal tekenpincet (desnoods een gewoon pincet) door het open pincet over de kop van de teek te plaatsen, zo dicht mogelijk bij de huid. LET OP: Gebruik geen alcohol, olie, nagellak, vuur, ... want dan bestaat de kans dat de teek de inhoud van de speekselklieren en de darm in de huid brengt, waardoor een infectie ontstaat.

- Draai aan het pincet (richting maakt niet uit) en trek ondertussen voorzichtig om de teek te verwijderen. Laat geen enkel deel van de teek onder de huid zitten.
- Ontsmet de wonde met alcohol, steriliseer het pincet (in warm water leggen) en was je handen.
- Noteer de datum van de beet en de vermoedelijke plaats van besmetting
- Raadpleeg een arts als:
  - De teek er niet volledig kan worden uitgehaald
  - Als er rode vlekken, hoofdpijn en/of pijn in de armen of benen optreden

## VOSSENLINTWORM

De vossenlintworm (*Echinococcus multilocularis*) is een kleine (1,2 tot 4,5 millimeter) endoparasitaire lintworm die in de darm van vossen, honden en soms katten leeft en zich daar voortplant. De eitjes komen samen met de uitwerpselen in de buitenwereld terecht. Hoewel de mens geen geschikte gastheer is, kan hij ook besmet worden en een larvale cyste ontwikkelen door opname van eitjes.

Bij menselijke infectie treden pas na een lange incubatieperiode (5-15 jaar) ziektesymptomen op. De aandoening, "alveolaire echinococcose" genaamd, wordt behandeld door langdurige, vaak levenslange chemotherapie en/of chirurgische verwijdering van de larvale cyste.

- Raak dus nooit uitwerpsel of kadavers van vossen aan met de blote hand.
- Wilde vruchten, zelf geplukte paddenstoelen, valfruit en groenten grondig wassen en liefst koken voor consumptie. Wilde vruchten die hoger dan 70-100 cm hangen kunnen gegeten worden.
- Was je handen voor je eet!

## LUIZEN

Hoofdluizen kunnen tot drie millimeter groot worden en zijn zichtbaar met het blote oog. Volwassen luizen leggen een achttal eitjes per dag. Deze neten bevatten de larve waaruit een nieuwe luis zich zal ontwikkelen. Neten zijn ongeveer zo groot als een speldenkop.

Je vindt ze op ongeveer drie millimeter van de hoofdhuid en plakken vas aan de haren. Hoofdluizen bevinden zich vooral in de haren van de nekstreek en boven de oren. Zeldzaam komen ze ook voor in de baard, de snor, de wenkbrauwen en de wimpers. Hoofdluizen vormen geen echte bedreiging voor de gezondheid. Als afweerreactie tegen hun uitwerpselen en speeksel kan hevige jeuk optreden, die vooral 's nachts erg vervelend kan zijn. Krabwondjes zijn vaak het gevolg. Hierdoor kunnen complicaties, zoals huidinfecties, ontstaan. Het is evenwel ook mogelijk dat er luizen aanwezig zijn zonder jeuk.

Luizen kunnen niet springen of vliegen, en worden niet overgedragen door huisdieren. Ze verplaatsen zich door te kruipen en kunnen alleen verhuizen door rechtstreeks hoofdcontact of overdracht via sjaals, hoeden, hoofdkussens,... Als je merkt dat je kind luizen heeft, laat dit dan enige tijd voor aanvang van het kamp aan de voorzitter of EHBO-verantwoordelijke weten. Probeer in de mate van het mogelijke je kind luizenvrij te maken of geef de nodige producten mee om de luizen te bestrijden. Slaapzakken op kamp kunnen immers voor een snelle verspreiding van luizen onder de leden zorgen.

## VEGETARISCH EN VEGANISTISCH ETEN

Op JNM-kamp eten we vegetarische (of veganistische) maaltijden. Onze foers zorgen voor evenwichtige maaltijden, zodat iedereen de juiste voedingsstoffen binnenkrijgt en vol energie op kamp is! De recepten zijn vaak uitgekozen door JNM en VELT (Vereniging voor Ecologische Leef-en Teeltwijzen).

## VOOR HET MILIEU

De miljarden dieren die we kweken voor vleesconsumptie, vergroten de ecologische voetafdruk. Dat is de oppervlakte aarde die nodig is om te voorzien in de levensstijl van een persoon, stad of land.

Dit is te wijten aan de mestoverschotten. De stikstof, fosfor en ammoniak in de mest worden via regenwater naar het grondwater of oppervlaktewater vervoerd. Dit brengt verzuring en vervuiling met zich mee. Dierlijk mest bevat ook zware metalen die als residu in ons voedsel terecht kunnen komen. De uitstoot van methaan, een broeikasgas, door de veeteelt komt er nog eens bovenop.

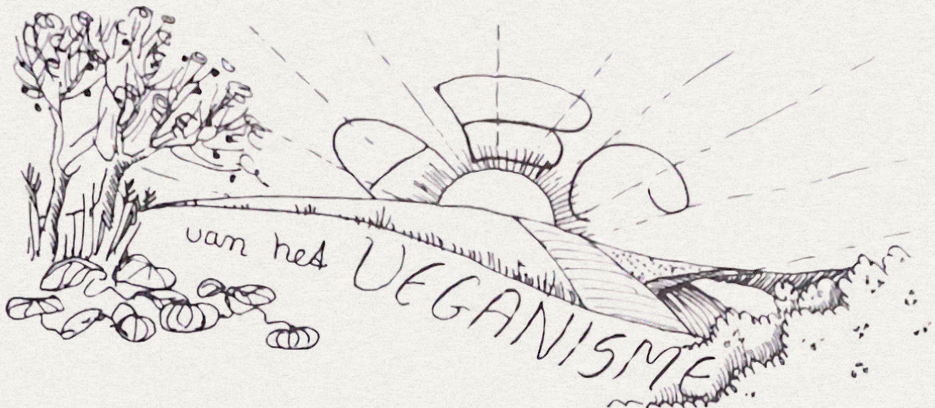
De veeteeltsector vervuult niet enkel maar verbruikt ook enorme hoeveelheden water. Om een kilo tarwe te telen heeft men 900 liter nodig, voor een kilo soja 2.000 liter, voor een kilo rundvlees is dit echter 100.000 liter!

## UIT SOCIAALECONOMISCHE OVERWEGING

Plantaardig voedsel levert ongeveer tien keer zo veel eiwitten per hectare op in vergelijking met vlees. Met andere woorden, met een hectare peulvruchten kunnen ook tien keer zo veel mensen gevoed worden als met een hectare veevoedergewassen.

## VOOR HET DIERENWELZIJN

De rechten van de dieren worden geschonden. Zo zitten ze vaak in te kleine kooien, wordt een deel van de bek van kippen afgeknipt ... Bovendien wordt vaak de link niet meer gelegd tussen een keurig in plakjes gesneden salamiworst en een varken.



# KAMPREGLEMENT

Van de kampdeelnemers wordt interesse en **eerbied voor de natuur en de leefomgeving** verwacht, alsook een soepele, open mentaliteit t.o.v. de andere deelnemers.

**Daden die de kampsfeer schaden**, in het bijzonder alcoholmisbruik, gebruik van andere drugs, storende klikvorming en auto-excursies, **zijn verboden**. In voorkomend geval wordt over de te nemen maatregelen door de kampcommissie beslist. Van de kampvoorzitter en de andere KC-leden wordt verwacht dat zij het kamp in zo'n sfeer en mentaliteit laten verlopen dat vermelde mistoestanden op een algemene afkeuring van de deelnemers kunnen rekenen. KC's die hierin hun verantwoordelijkheid niet nemen, kunnen door het Hoofdbestuur of de Algemene Vergadering tot de orde worden geroepen en desgevallend van verdere kamporganisaties worden uitgesloten.

Alle kampdeelnemers helpen bij de bereiding van de maaltijden en andere 'huishoudelijke' taken. Indien er onvoldoende vrijwilligers worden gevonden voor de uitvoering van de onderscheiden **corveetaken**, zal de foer een beurtrol vastleggen of zo vaak als nodig zelf de corveeploegen aanduiden.

Van elke kampdeelnemer, het corvee uitgezonderd, wordt verwacht dat hij/ zij **deelneemt aan de activiteiten**. Kampdeelnemers die daaraan niet wensen deel te nemen, moeten hiervan steeds de kampvoorzitter op de hoogte stellen en hun motivatie meedelen. De kampvoorzitter beslist dan of een eventuele vrijstelling wenselijk is.

Op elk kamp kan beslist worden een **rustdag** te organiseren. Deze rustdag wordt niet vastgelegd door de kampcommissie alleen, maar door alle kampdeelnemers. Op die dag is eenieder vrij te doen wat hij/zij wil, op voorwaarde dat de ontplooiende activiteiten niet indruisen tegen de artikelen over kampen in dit AHR en de kampvoorzitter op de hoogte wordt gehouden.

Indien men de **kampplaats verlaat**, het dagcorvee uitgezonderd, moet men steeds de kampvoorzitter **verwittigen**. Indien het om een beperkte ochtend- of avondexcursie gaat, moet men ook de excursieleider verwittigen.

**Roken** is in principe verboden. Enkel indien de kampdeelnemers hierin unaniem en expliciet toestemmen, kan het worden toegestaan, en dan nog enkel buiten de Kampenreglement gemeenschappelijke binnenruimten.

- Bij de aanvang van het kamp zullen we samen over beslissen, hoe en waar.

Elke kampdeelnemer wordt geacht **respect op te brengen voor de stilte of de duisternis** indien een andere kampdeelnemer daarom verzoekt.

Tijdens het kamp wordt maximale aandacht besteed aan de naleving van de **doelstellingen** van de JNM in alle facetten. Inzonderheid dient het gebruik van wegwerpverpakking te worden vermeden en op verantwoorde wijze met voedsel omgesprongen.

Het doden, verzamelen, onnodig vangen en onnodig lang gevangen houden van **organismen** moet vermeden worden.

Op JNM-kampen wordt er **vegetarisch of veganistisch gekookt**. Indien een kampdeelnemer iets niet wenst te eten, kan deze persoon dit op voorhand aan de foer vragen. Deze mag dit in principe niet weigeren. De foer mag de vraag naar specifiek eten weigeren, met als uitzondering indien dit gevraagd wordt voor medische of religieuze redenen. Ook dit dient op voorhand aan de foer verwittigd te worden.

De kampcommissie kan, in het uiterste geval, **iemand van het kamp wegsturen**. Hiervoor moet zij uiteraard wel achteraf verantwoording afleggen aan het Hoofdbestuur. Bij de beslissing tot wegzenden van een minderjarige dient de kampvoorzitter onmiddellijk telefonisch de ouders of voogd te verwittigen.

Het gebruik van een **mobiele telefoon** kan in principe slechts worden toegestaan als noodtoestel op kamp. In die zin is dan ook de KC verantwoordelijk voor het gebruik en het beheer van één toestel per kamp. Het gebruik van een gsm op kamp door kampdeelnemers is in principe uitgesloten.

Elke kampdeelnemer is onderhevig aan de artikelen over kampen in dit AHR en wordt geacht het na te leven.

# SCHRIJF IN DE AGENDA

## 29/07-02/08: ZOMERCONGRES VOOR GEWONE LEDEN (EN INI'S)

Vijf dagen jeugd, natuur en milieu. Wat wenst een mens nog meer? Met tal van excursies gaan we zelf op ontdekking en doen hopelijk fantastische waarnemingen. Maar ook belangrijke beslissingen over de toekomst van JNM worden op zomercongres gehouden: moties, het afgelopen werkjaar en het nationale bestuur voor het volgende werkjaar komen er in drie algemene vergaderingen aanbod. Tot slot eindigen we met een groot feest en nemen we afscheid van de o zo leuke JNM'ers die dat jaar Oude Sok (+26j) worden.

Hopelijk ben je erbij! Info en inschrijven en info op [www.jnm.be/congres](http://www.jnm.be/congres).



Foto: Marit Liekens



Foto: Marit Liekens

# SCHRIJF IN DE AGENDA

## 19/09-20/09: STARTDAGEN VOOR PIEPERS, INI'S EN GEWONE LEDEN

In september start het nieuwe werkjaar van JNM met als allereerste activiteit: de startdagen! Op die dagen verwelkomen afdelingen nieuwe leden op leuke en unieke activiteit, zo kunnen ze de afdeling leren kennen.

Info en inschrijvingen verschillen per afdeling, kijk op [www.jnm.be/afdelingen](http://www.jnm.be/afdelingen) naar een afdeling bij jou in de buurt.

## 3/10: NAZOFÉ VOOR GEWONE LEDEN

Eind september/begin oktober is het bij JNM-traditie om te nazomerfeesten. Op het Nazofé zie je iedereen terug die je op kamp ontmoet heb en geniet je met volle teugen na van de kampsfeer. Er is een korte Algemene Vergadering en je hebt de kans om de schoonste kampmomenten aan de andere JNM'ers te laten zien. En daarna gaan we over tot dansen, zwieren, springen, swingen ...

Daar wil jij ook zeker en vast bij zijn! Info en inschrijvingen via [www.jnm.be/nazofe](http://www.jnm.be/nazofe).



Foto: Martha De Decker



Foto: Raf Vanisterbecq

## ALS FIERE JNM-ER OP KAMP

Met een uitgebreid aanbod aan gidsen, tabellen, verrekijkers, nestkastjes, drinkflessen... is de JNM Winkel er voor JNM'ers en iedereen geïnteresseerd in natuur(studie), milieu en beheer. Heb je daar nog niet zoveel ervaring in, geen probleem! Ook dan kan je bij ons terecht voor inhoudelijk en kwalitatief materiaal.

Bovendien hebben we ook zogenaamde 'JNM producten'. Dit zijn producten gemaakt door JNM zelf. Zo hebben we onder meer JNM-truien, de JNM drinkenbus en zelf JNM bamboebestek!

Bezoek onze webshop [www.winkel.jnm.be](http://www.winkel.jnm.be) of passeer eens in onze fysieke winkel in Gent.



TOT DAN!



xxx julie lieve KC



Als er twee afdelingen de jaren hebben getrotseerd op grond van kwaliteit, plezierigheid en stomiteiten dan zijn het wel Hageland-Zuiderkempen en Pallieterland. Met het Volkorenkamp in zicht maakten we van deze convo een lijvig mooi geïllustreerde kampboekje met een schat aan informatie, weetjes, tips en broodnodige volkorenproducten voor de dagelijkse kampvoeding en het nodige smeren van de stembanden. Noodzakelijk voor een kamp die iedere lekkerbek, wandelfanaat of gekke JNMer zal bekoren. Terecht de bijbel onder de JNMconvo's.

