



## Spel “in the mix”

### Achtergrondinfo

Dit spel is bedoeld om jongeren meer bewustwording te geven over de hoeveelheid alcohol in een mixdrankje. Op (huis)feestjes worden vaak zelf drankjes ingeschonken of drinken jongeren uit de fles.

Er worden spellen gedaan zoals Beerpong en bussen (kaartspel) en de kans is groot dat zij hierdoor gezondheidsrisico's oplopen (dronkenschap – coma door alcoholvergiftiging). Dit spel is bedoeld om jongeren te laten beseffen dat alcohol in standaardglazen wordt gedronken: hoe sterker de drank, hoe kleiner het glas.

We vragen de leerlingen wat er in de blikjes mixdrank zit die je in de supermarkt kunt halen (Bacardi-cola, Wodka-energy etc.).

Wij vertellen dat er een wettelijke standaard is voor de hoeveelheid alcohol per glas.

Hoe hoort het?

Dan gaan we aan de slag en geven een opdracht aan de leerlingen: maak een mixdrankje, en laat zien hoeveel alcohol er in een mixdrankje zit. Wij hebben flessen bij ons van de populaire drankjes (jack Daniels, Bacardi, Grey Goose gevuld met water en koude thee) en plastic glazen.

Aan de hand van “shotglasjes” en “horecamaatjes” laten we zien hoeveel alcohol er in een mixdrankje gaat.

***Daarna bespreken we hoeveel iemand heeft ingeschonken. Het is mooi om te zien dat er bewustwording ontstaat van de juiste hoeveelheid als de docent dit laat zien.***

We merken dat er steeds meer “huisfeestjes” komen en er uit de losse pols wordt ingeschonken. Dan is het nuttig dat jongeren weten hoeveel er werkelijk in een drankje gaat.

Zo proberen wij bewustwording te creëren over de juiste hoeveelheid alcohol in een mixdrankje. “Zo weinig!” is een veel gehoorde opmerking. Als je alcohol drinkt uit het glas waarin het hoort (bier uit een bierglas, wijn uit een wijnglas etc.), dan krijg je bij ieder glas dezelfde hoeveelheid alcohol binnen.

We gaan op een laagdrempelige manier het gesprek aan, want praten over alcohol, de risico's in het verkeer op de fiets, scooter of auto moet bespreekbaar gemaakt worden.

Met de tekening uit de PowerPoint (zie onder) leggen wij uit wat alcohol doet met de hersenen. Hoe het zit met de verdovende werking van verschillende hersengebieden, hoe het komt dat mensen zich anders gaan gedragen (agressief of emotioneel) en hoe comazuipen ontstaat.

