

# INLEIDING

*Het Aids-bekerspel is een ludiek spel over de kans op besmetting met het HIV-virus en hoe je besmetting kunt vermijden. Met het Aids-bekerspel krijgen de spelers zicht op de gevolgen van veilig en onveilig vrijen en worden de onderwerpen seksualiteit en aids bespreekbaar.*

## 1. Aantal deelnemers

Minimum 10 deelnemers  
Maximum 30 deelnemers

## 2. Leeftijd

Vanaf 16 jaar

## 3. Accommodatie

Eén grote ruimte, eventueel met muziek en ingekleed als fuif-zaal e.d. Andere mogelijkheden:

- Bioscoopzaal met video
- Strand met handdoeken e.d.
- Gezellig cafeetje
- Enz.

Indien de mogelijkheid er is, kan je een drietal lokalen verschillend inkleden. De groep kan om het kwartier naar een ander lokaal verhuizen of de spelers kunnen door de drie lokalen lopen.

## 4. Duur

Eén tot anderhalf uur

## 5. Aantal begeleiders

Eén begeleid(st)er volstaat.  
(vanaf +/-20 spelers liefst 2 begeleid(st)ers)

## 6. Materiaal

### Doos:

- speluitleg
- badges met foto en rolomschrijving (30 ex.)
- 30 m. touw om de badges te bevestigen
- voor iedere speler een doorzichtige beker
- benodigdheden voor het HIV-effect: een Lugol-oplossing 5% (Men kan ook Iso-betadine gebruiken, dit is zonder voorschrift te verkrijgen in de apotheek)

### Zelf voor te zorgen:

- materiaal voor de inkleding van het lokaal
- verkleedmateriaal of attributen
- schaar om het touw te knippen
- voor iedere speler een contactkaart (kopiëren van voorbeeld, zie blz. 10)
- voor iedere speler een M-, Z- en N-kaartje (kopiëren van voorbeeld, zie blz. 9)
- voor iedere speler een balpen
- benodigdheden voor het HIV-effect: water, melk en zetmeeloplossing (voor recept zie blz. 4)
- benodigdheden voor de naamspelletjes: een opgerolde krant, voor iedere speler een blad papier



# SPELUITLEG

## 1. Voorbereiding

- Zorg voor de inkleding van het lokaal.
- Knip per speler +/- 1 m. touw en bevestig het touw aan de badges met foto en rolomschrijving.
- Vul alle bekers voor de helft met water en doe in elk van de bekers een paar druppels melk. Eén beker bevat naast water en melk ook een zetmeeloplossing. De speler met deze beker is zonder het te weten seropositief. Let erop dat de inhoud van de melkbekers dezelfde kleur heeft als de beker met de zetmeeloplossing (de virus-beker).

### Recept zetmeeloplossing:

-zetmeel, aardappelmeel of maïzena (twee koffielepels)  
-water (een halve liter)

Los het zetmeel op in water en breng het mengsel al roerend aan de kook. Laat het mengsel afkoelen. Vul de beker van de seropositieve persoon voor een vierde met de zetmeeloplossing en voor een vierde met het water-melk mengsel dat ook in de andere bekers zit. Maak eerst een proefbeker. Controleer of na verdunning de reactie met de Lugol-oplossing te zien is. Een donkerblauwe wolk moet het resultaat zijn. **Opgepast:** De zetmeeloplossing kan je niet lang bewaren. Er kan schimmelvorming ontstaan!

### Mogelijk ander recept:

Indien je niet beschikt over een kookgelegenheid kan je ook gebruik maken van dit recept. Het kleureffect van de water-melk oplossing valt weg, want hier gaat het om een doorschijnende oplossing. Vul de bekers voor de helft met water. In één beker (de besmette beker) doe je een bodempje Sprite en voor de rest water. Met een lakmoespapiertje (vind je bij de apotheker of de drogist) kan je zien welke bekers uiteindelijk besmet zijn en welke niet.

- Kopieer de contactkaarten en de M-, Z-, N-kaartjes (zie blz. 10) en leg ze klaar.
- Zet de bekers met het water-melk mengsel en de seropositieve beker klaar.
- Leg de badges met foto en de rolomschrijvingen klaar.
- Bij de aanvang van het spel krijgt elke deelnemer een badge naar keuze of de begeleid(st)er deelt ze willekeurig uit.

## 2. Spelverloop

### EERSTE RONDE

In de eerste ronde wordt een naamspelletje gespeeld, zodat de spelers vertrouwd worden met hun nieuwe naam en een zicht krijgen op de verschillende personages die meespelen. Meer kennismaking met de rollen komt hier niet aan bod, dat gebeurt tijdens de tweede ronde wanneer de eigenlijke contacten worden gelegd.

### Mogelijkheden:

- **Kranten meppen:** De spelers zitten in een kring en één speler staat in het midden met een opgerolde dunne krant. Een zittende speler (A) zegt de spelnaam van een andere zittende speler (B). De middenspeler probeert speler B met de krant op de knieën te slaan voordat deze de spelnaam van een andere speler (C) heeft gezegd. Als speler B wordt geslaan voordat hij een andere spelnaam heeft gezegd moet speler B in het midden. Zo niet, dan zegt speler C snel een andere spelnaam voordat de middenspeler hem/haar met de krant op de knieën kan slaan.
- **Help elkaar:** Alle spelers schrijven de naam van hun rol op een blad papier. Ze lopen rond met het blad op hun hoofd, zonder het met de handen vast te houden. Als het blad van het hoofd valt, moet de speler bevroren. Spelers met het blad nog op hun hoofd, kunnen bevroren spelers bevrijden door het gevallen blad terug op het hoofd van de bevroren speler te leggen, zonder het eigen blad te verliezen.



## TWEEDE RONDE

• In de tweede ronde worden de eigenlijke contacten gelegd. De begeleid(st)er deelt de rolomschrijvingen uit. De rolomschrijving is strikt persoonlijk en mag door niemand anders worden gelezen. Vergeet dit niet te zeggen tegen de deelnemers.

De rolomschrijvingen bestaan uit een persoonsbeschrijving, een spelopdracht en een aantal specifieke kenmerken. De persoonsbeschrijving zegt iets over het karakter en over de manier waarop die speler omgaat met relaties. De spelopdracht vertelt wat de concrete opdracht is tijdens het spel. De spelopdracht vullen de spelers voor een stuk zelf in. Speciale kenmerken zijn o.a. hobby's, vakantieplannen, e.d. Dit zijn onderwerpen waarover gedurende het spel kan gepraat worden.

• De spelbegeleid(st)er geeft aan iedere deelnemer een beker met 'lichaamssappen'. Let er als begeleid(st)er op dat de beker met de zetmeeloplossing gegeven wordt aan de rol van iemand die nooit een condoom gebruikt (Joke, Sep, Lies, Geert, Annelore, Eline, Dennis of Astrid). Men kan dit doen door op voorhand de bekers bij de rolomschrijvingen te plaatsen.

• De spelbegeleid(st)er geeft aan iedere deelnemer een contactkaart, een balpen en een M-, Z- en N-kaartje. Elke deelnemer legt op basis van de rolomschrijving contacten. Per contact tussen twee personen worden maximum vijf minuten voorzien. Op het einde van elk contact beslissen de spelers om met condoom (veilig), zonder condoom (onveilig) of niet te vrijen. Dit gebeurt m.b.v. de M-, Z- en N-kaartjes. De spelers beslissen individueel om met condoom (M), zonder condoom (Z) of niet (N) te vrijen en tonen aan hun medespeler het corresponderende kaartje. De twee spelers leggen de kaartjes die ze gekozen hebben samen en bekijken het resultaat:

***N+N=N (niet)***

***Z+N of N+Z=N en M+N of N+M=N (niet)***

***Z+Z=Z (onveilig) en M+M=M (veilig)***

***Z+M of M+Z=? (overleggen)***

D.w.z. van zodra één speler beslist om niet te vrijen, is er geen seksueel contact tussen de twee spelers. Wanneer beide spelers hetzelfde beslissen, is het resultaat duidelijk. Wanneer de ene speler beslist om onveilig te vrijen en de andere speler beslist om veilig te vrijen, wordt er samen overlegd over het resultaat.

Dit resulteert in drie mogelijkheden:

**1) Niet:** in dat geval gaat ieder zijn eigen weg.

**2) Zonder condoom (onveilig):** in dat geval wordt de inhoud van de bekers gemengd. De ene speler giet de inhoud van zijn/haar beker in de beker van de andere speler. Daarna giet deze laatste de helft van de oplossing terug in de ene beker.

**3) Met condoom (veilig):** in dat geval worden de twee bekers tegen elkaar geklonken.

Na elk contact wordt de contactkaart ingevuld. Op deze kaart vullen de spelers telkens de naam in van de persoon waarmee hij/zij contact heeft gehad en het resultaat van dat contact.

Afhankelijk van de groep zullen de contacten vlot of minder vlot verlopen. De deelnemers moeten immers fantasierijk zijn om op basis van de beperkte rolomschrijving een gesprek te voeren. Indien het niet zo vlot loopt, kan je als begeleid(st)er een handje helpen door gespreksonderwerpen aan te reiken.

Mogelijke gespreksonderwerpen:

- de vakantie
- hobby's
- relaties
- enz.



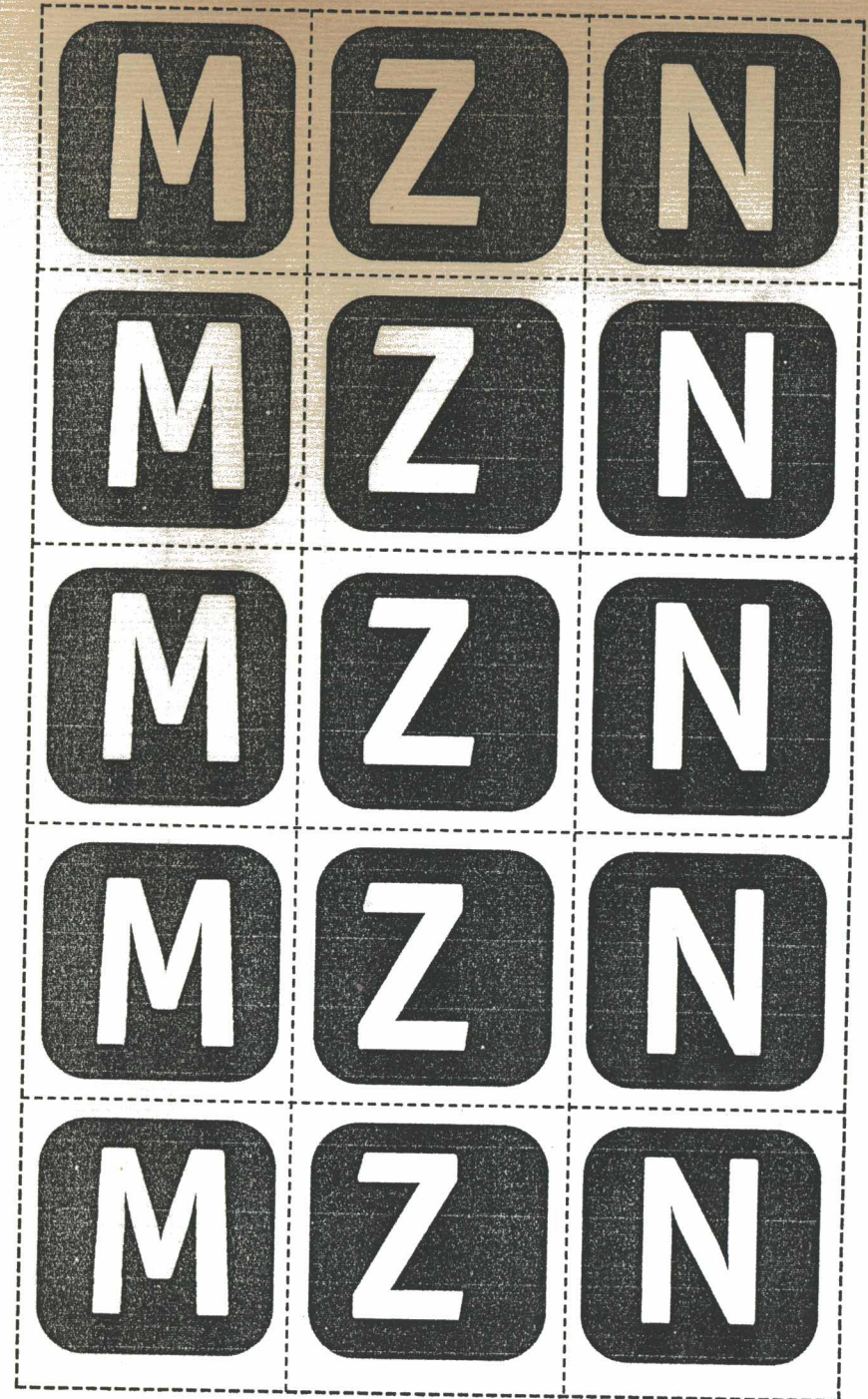
### DERDE RONDE

In de derde ronde neemt iedereen een stoel en gaat men in een cirkel zitten. De spelbegeleid(st)er stelt volgende vraag:

*'Wie denkt besmet te zijn met het HIV-virus en waarom?'*

Iedereen geeft antwoord op deze vraag en vervolgens worden de spelers één voor één getest op het HIV-virus. In elke beker doet de begeleid(st)er een druppel van de Lugol-oplossing. Elke beker waarvan de inhoud donkerblauw kleurt, is een besmette beker.

*M(et condoom)-, Z(onder condoom)- & N(iet)-kaartjes* - - - - ->





contactkaart

Naam van de contactpersoon

Veilig Onveilig Niet

1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

Naam van de contactpersoon

Veilig Onveilig Niet

1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

contactkaart

# NABESPREKING

Het is belangrijk dat iedereen na het spel de kans krijgt om 'stoom af te blazen'. Eén vraag van de spelbegeleid(st)er is gewoonlijk voldoende: 'Wat vonden jullie ervan, was het leuk, geforceerd, onwennig, ...?'

Als de emoties wat geluwd zijn, kan de meer systematische evaluatie aanvangen. Begin eerst met een aantal vragen over het spel zelf. Aansluitend kan je vragen stellen over de realiteit. Hierbij maak je een onderscheid tussen kennisvragen en houdingsvragen.

## 1. Het spel zelf

De spelbegeleid(st)er zegt dat bij het begin van het spel één speler seropositief was. De spelers proberen het spelverloop te reconstrueren en de 'seropositieve speler' aan te wijzen.

- *Wie heeft contact gehad met deze persoon? Wie is besmet?*
- *Wie heeft geen contact gehad met deze persoon en is toch besmet?*
- *Wie is er tegen zijn/haar verwachtingen besmet met het aids-virus? Heb je daar een verklaring voor?*
- *Kon je je tijdens het spel goed inleven in je rol?*
- *Vind je dat er in het spel veel of weinig werd gevrijd?*

## 2. Kennisvragen

- *Hoe kan je merken dat je besmet bent?*

Enkel door een aidstest kan je met zekerheid zeggen dat je besmet bent of niet. De aidstest spoort de antistoffen op die het lichaam heeft gemaakt tegen het virus.

- *Wat zijn de symptomen van aids?*

Onverklaarbare vermoeidheid, aanhoudende koorts boven 38 graden gedurende meerdere weken, onophoudelijk hoesten, blijvende mondontsteking, opzwellen van de klieren en chronische diarree. Als de ziekte ver gevorderd is treden ook allerlei andere verschijnselen op omdat het lichaam gewone infecties en gezwollen niet meer kan bestrijden.

- *Wat is het verschil tussen besmet zijn met het HIV-virus en aids hebben?*

Besmet zijn met het HIV-virus betekent dat de bloedtest antistoffen tegen dat virus aantoonde in je bloed. Je bent niet ziek, maar je kan wel anderen besmetten. Sommige seropositieve mensen blijven nog heel lang gezond. Als je aids hebt, ben je ziek. De afbraak van je immuunstelsel is begonnen en allerlei ziektekiemen kunnen ongestoord je lichaam aanvallen. Ook als je ziek bent, kan je natuurlijk anderen besmetten.

- *Betekent een negatief resultaat van een aidstest altijd dat er geen besmetting is?*

Nee. Het is mogelijk dat de besmetting zo recent is dat de hoeveelheid antistoffen in het bloed nog te laag is om ontdekt te worden. Voor de meerderheid van de gevallen is deze termijn drie maanden vanaf het ogenblik van de besmetting.



• *Kan aids genezen worden?*

Aids kan niet genezen worden. Mensen met aids zijn ongeneeslijk ziek en sterven enkele jaren na het uitbreken van de ziekte. Er is nog geen geneesmiddel of vaccin gevonden om aids te genezen. Wel zijn er al medicijnen waardoor je minder snel ziek wordt.

• *Een condoom gebruiken garandeert een volledige bescherming tegen HIV. Waar of niet waar?*

Correct gebruik van het condoom zorgt voor een doeltreffende barrière tussen het virus en het lichaam. Het virus kan niet door het rubber van condooms dringen. Dit correct gebruik is dus afhankelijk van de gebruiker. Gescheurde nagels, slordig aanbrengen en niet op tijd terugtrekken na de zaadlozing, kunnen de betrouwbaarheid ernstig in het gedrang brengen.

• *Wat doet de aids-telefoon?*

Via de aids-telefoon kunnen alle vragen over aids, ook van persoonlijke aard, anoniem behandeld worden. Personen die de stap naar de arts of hulpverlener te groot vinden, kunnen toch met hun vragen terecht.

Het nummer van de aids-telefoon is **078/15 15 15**

• *Op welke manier kan je besmet worden?*

Je kan besmet raken door besmet bloed, schedevocht en sperma.

- **Door seksueel contact:** Bij geslachtsgemeenschap dringt HIV afkomstig uit vaginaal vocht of menstratiebloed de penis binnen via het slijmvlies van de penis en besmet zo de man. HIV afkomstig van besmet sperma komt via het slijmvlies van de baarmoederhals in het bloed van de vrouw terecht en draagt zo de

besmetting op haar over. Men kan ook besmet raken bij anaal en bij oraal (sperma inslikken) seksueel contact.

- **Door spuiten van drugs:** Drugsverslaafden gebruiken vaak elkaars naalden. Als één van hen seropositief is, kan hij op korte tijd vele anderen besmetten. Via de naalden wordt immers ook een beetje bloed ingespoten, rechtstreeks in de ader.

- **Van moeder op kind:** Een zwangere vrouw kan tijdens de zwangerschap of tijdens de bevalling haar baby besmetten. Er zijn ook al kinderen besmet door de moedermelk.

(- **Bloedtransfusies:** Sinds 1985 wordt al het bloed dat in West-Europa (dus ook in België) gebruikt wordt voor bloedtransfusies door het Rode Kruis getest op het aids-virus. De kans dat je op die manier wordt besmet is heel erg klein. Het Belgische Rode Kruis beschikt over zeer veilig bloed.)

• *Welk gedrag draagt geen enkel risico in zich?*

Alle vormen van dagelijkse omgang, zelfs met een besmet persoon, zijn absoluut veilig: het virus wordt enkel via het bloed, sperma of vaginaal vocht doorgegeven. Je hoeft niet bang te zijn voor:

- adem, niezen en hoesten
- tranen, zweet en huidcontact
- kussen, speeksel
- voedsel en drank
- gemeenschappelijk gebruik van glazen, borden, beddengoed, zwembad of toilet.

Het aidsvirus krijg je ook niet door een besmet persoon te strelen, te masseren, te masturberen of door een tongkus.

### 3. Houdingsvragen

• *In de rolomschrijvingen wordt nooit over aids gesproken. Het gebruik van het condoom wordt alleen als voorbehoedsmiddel gezien. Is dat in realiteit ook zo?*

• *Is het gebruik van condooms bij jongeren aanvaard of niet? Waarom zouden veel jongeren geen condoom willen gebruiken? Vind je het een goed voorstel om condoomautomaten in de school of het jeugdlokaal te hangen?*

• *Wat vind je van de volgende uitspraak: 'trouw is het beste voorbehoedsmiddel?'*

• *Wat denk je over mensen die aids hebben? Ken je mensen die besmet zijn met het HIV-virus?*

• *Ligt voor jou de aidsproblematiek ver van je bed of niet?*

• *Indien je met het HIV-virus besmet zou zijn, zou je dit vertellen aan je vrienden, je partner of iemand anders?*

• *Pak je het in je eigen leven anders aan dan in de rol die je in dit spel hebt gespeeld?*

• *Wanneer beslis je om met iemand naar bed te gaan?*

• *Zet het spel je aan tot nadenken over je vrijgedrag?*

Na het spel kan je de deelnemers een brochure meegeven i.v.m. aids. Op die manier krijgen ze de mogelijkheid om - indien ze dat wensen - individueel meer kennis te verwerven over dit thema. Het nummer van de **aids-telefoon** kan je nog eens extra vermelden.

Tel.: 078/15 15 15