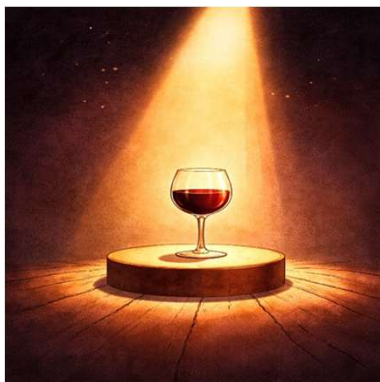


WELKOM

bij:

**Alcohol in de
spotlights**





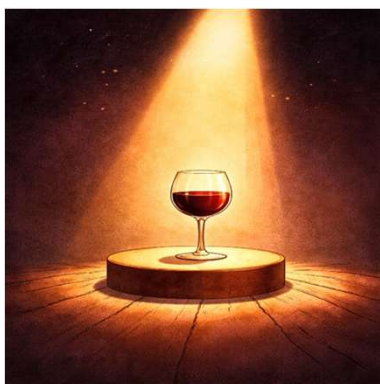
Programma

14.00-16.00



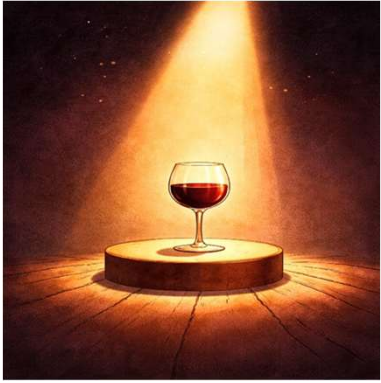
- **Introductie**
- **Christian de Groot, huisarts: Alcohol, een sociaal geaccepteerde harddrug?**
- **Jacqueline van de Ven, storyteller: Ergens op de wereld is het wel 17.00**
- **Jac Wismans, verkeersveiligheid-deskundige: alcohol en verkeer, feiten en persoonlijke verantwoordelijkheid**
- **Marianne Koppelmans, sommelier: toelichting op alcoholvrije wijn**

Alcoholvrije wijnproeverij



Introductie





Alcohol, een sociaal geaccepteerde harddrug?

Christian de Groot, huisarts



+
◦ •


Alcohol: Nul is de norm

Sociaal geaccepteerde hard drugs?

+
• ◦




Werking

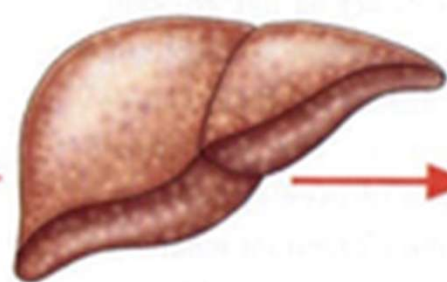
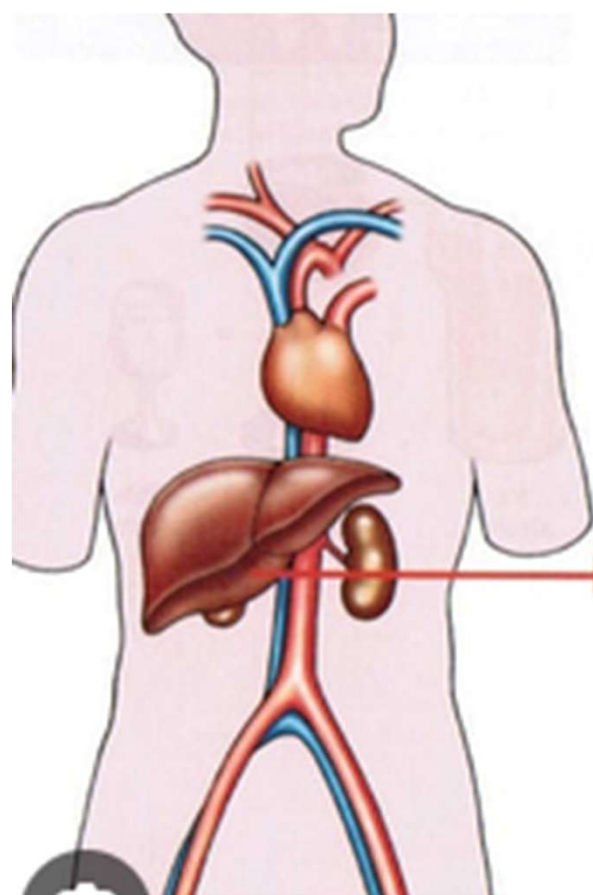
- Afgifte dopamine
 - Verhoogde productie serotonine
 - Zowel positieve als negatieve effecten:
 - Euforie, gevoel van verbinding (positief)
 - Verminderde inschattingsvermogen, evenwichtsproblemen, trager reageren (negatief)
- 



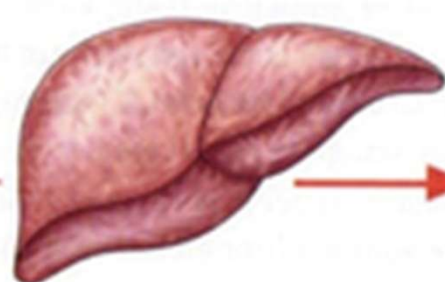


Bijwerkingen

- Korte termijn:
Kater (uitdroging,
afvalstoffen:
hoofdpijn/misselijk)
Maag-darmproblemen
Lever
 - Lange termijn:
 - Leverschade
 - Hersenschade
 - Meer kans op kanker en
hart-vaat problemen
- 



Veel alcohol kan leiden tot vetophoping in de lever. Herstel van de lever kan alleen plaatsvinden door geen alcohol te drinken.




Blijf je veel drinken, dan ontstaat er littekenweefsel in je lever. Herstel is mogelijk, maar de littekens blijven.

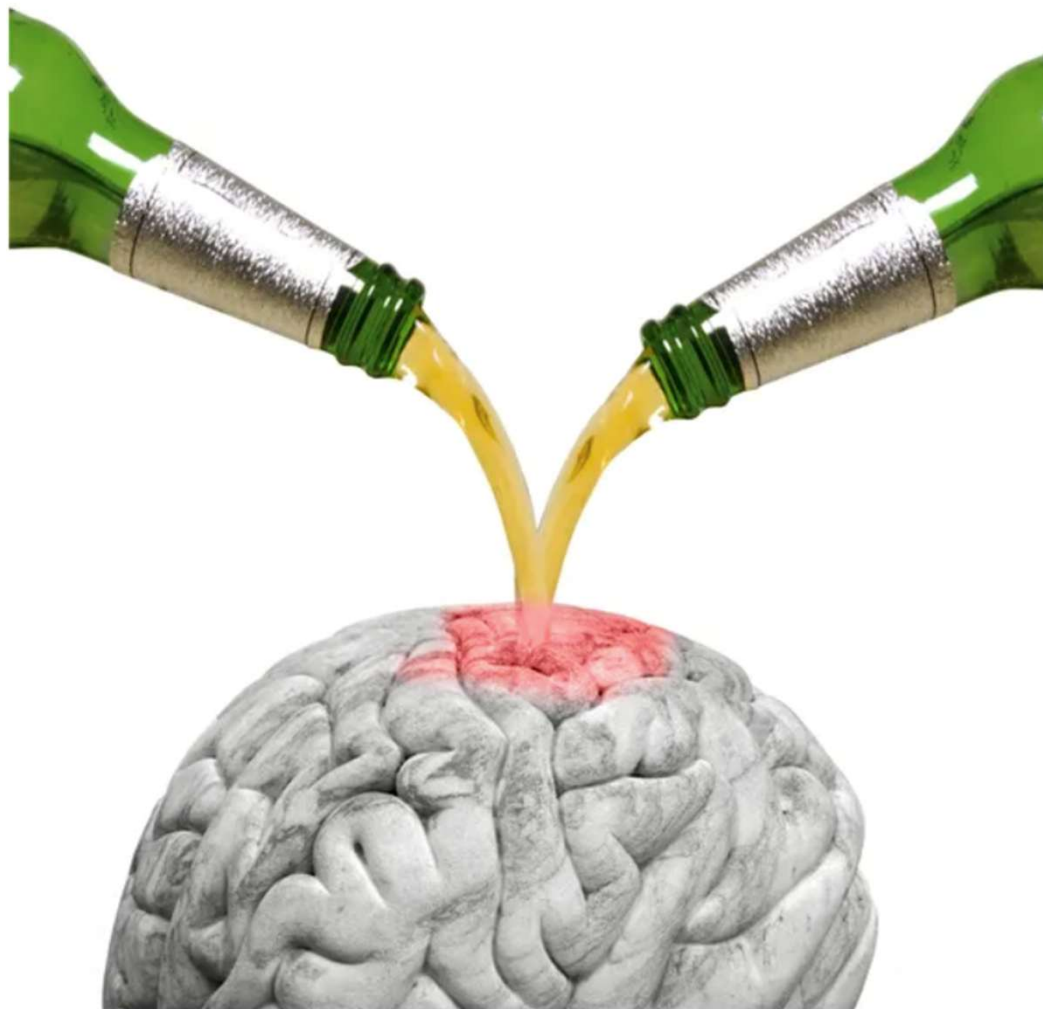



Blijf je doordrinken, dan ontstaat er bindweefsel in je lever. Bindweefsel vernietigt de levercellen, waardoor je lever niet meer kan functioneren.




Wanneer schadelijk?

- (Gemiddeld) $> 1E$ per dag
 - Binge (alleen weekend veel drinken) net zo schadelijk als dagelijks kleinere hoeveelheden.
- 





Is het een harddrugs?

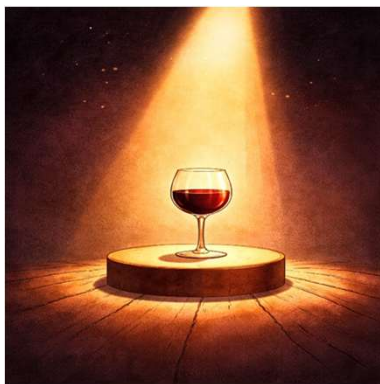
- Formeel: nee, want het is legaal.
 - Schadelijke effecten: JA
 - Wist je dat > 3000 mensen overlijden direct of indirect aan gevolgen van alcohol?
(Cocaine: 70 XTC 10)
- 

+
○ ●

Vragen?



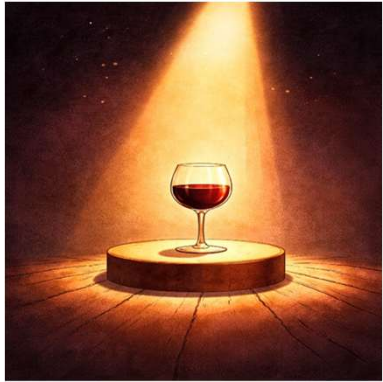
+
● ○



Ergens op de wereld is het wel 17.00

Jacqueline van de Ven, storyteller





alcohol en verkeer, feiten en persoonlijke verantwoordelijkheid

Jac Wismans, verkeersveiligheid-deskundige



Alcohol en Verkeer: feiten en persoonlijke verantwoordelijkheid

Jac Wismans

*Themabijeenkomst “Alcoholvrij in de
spotlights” Seniorenraad Son en
Breugel
22 april 2026*



4/23/2026



Waarom deze lezing??

- Bewustwording van de risico's van alcohol gebruik in het verkeer zowel als automobilist en als fietser
- Hoe met deze risico's om te gaan om te zorgen voor een veilige mobiliteit voor uzelf en andere verkeersdeelnemers

Verkeersveiligheid in Nederland *in de media*

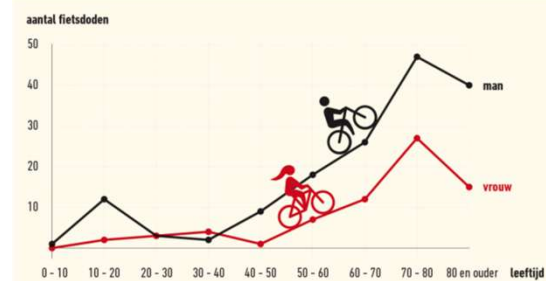
**WEER MEER DODELIJKE VERKEERSONGEVALLLEN IN
2022**

OOK MEER DAN IN 2019

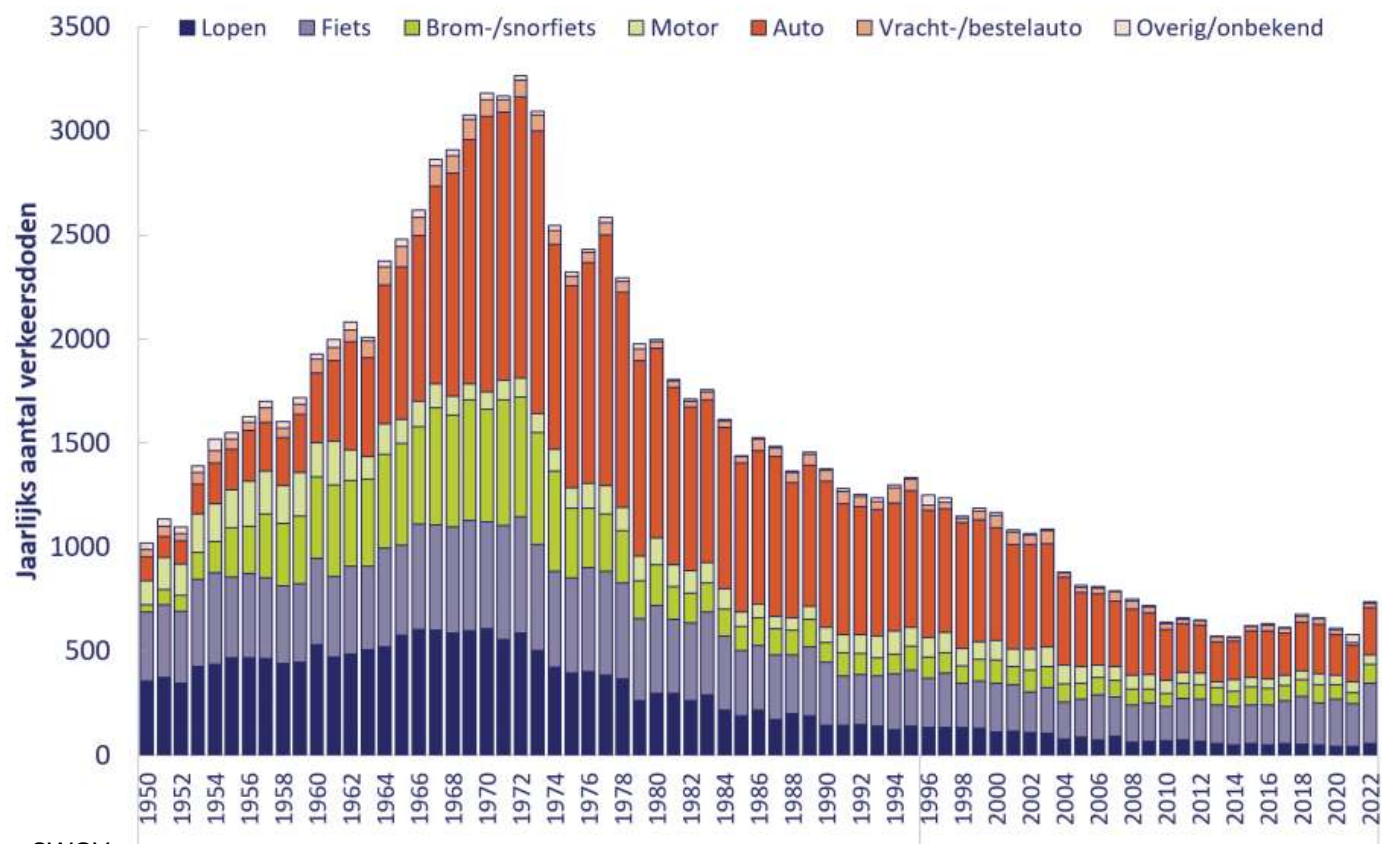


Explosie aantal verkeersdoden: vooral onder 75-plussers stijging fatale ongelukken

Twee keer zoveel mannen als vrouwen verongelukken op de fiets



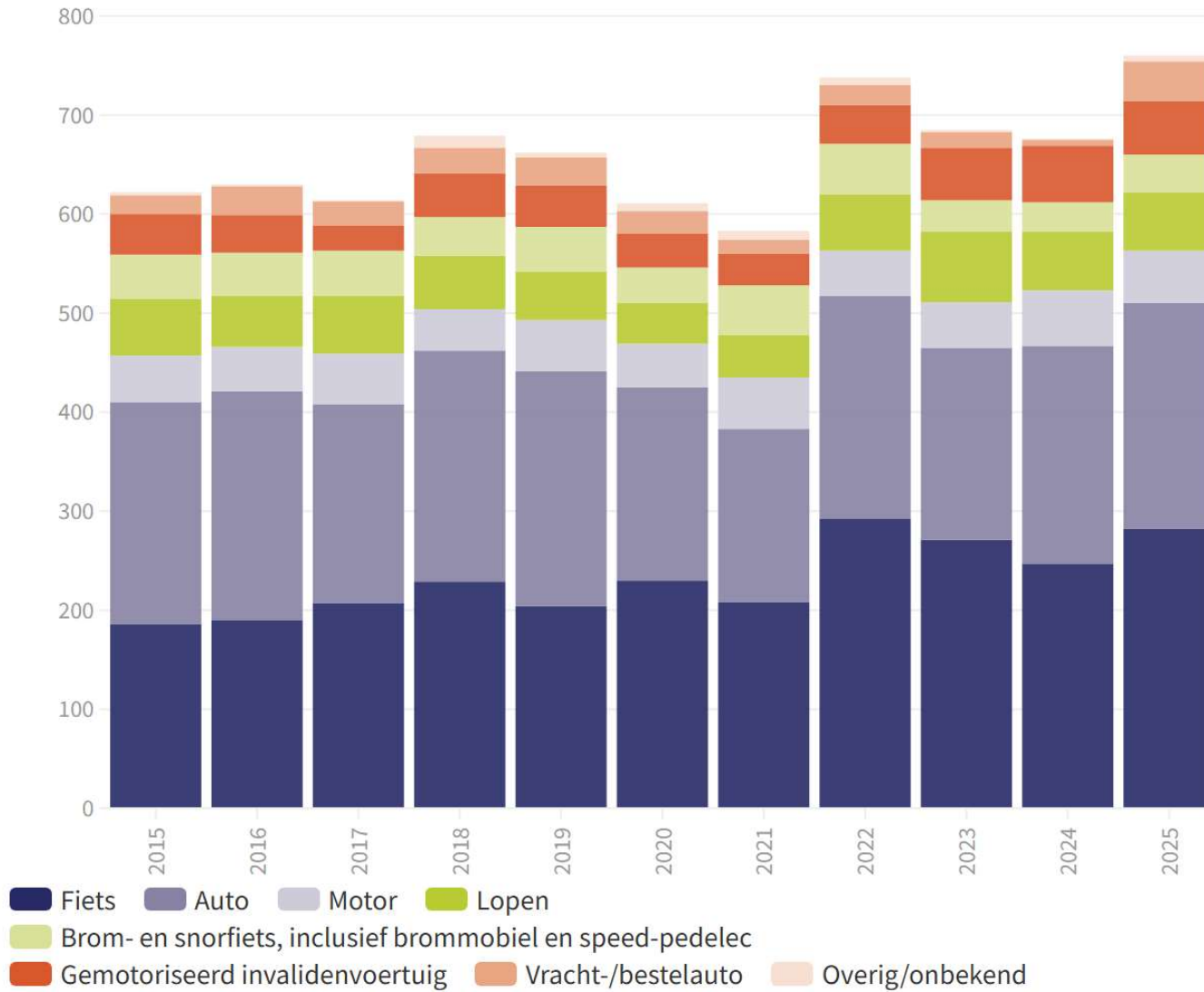
Verkeersdoden in Nederland



Bron: SWOV

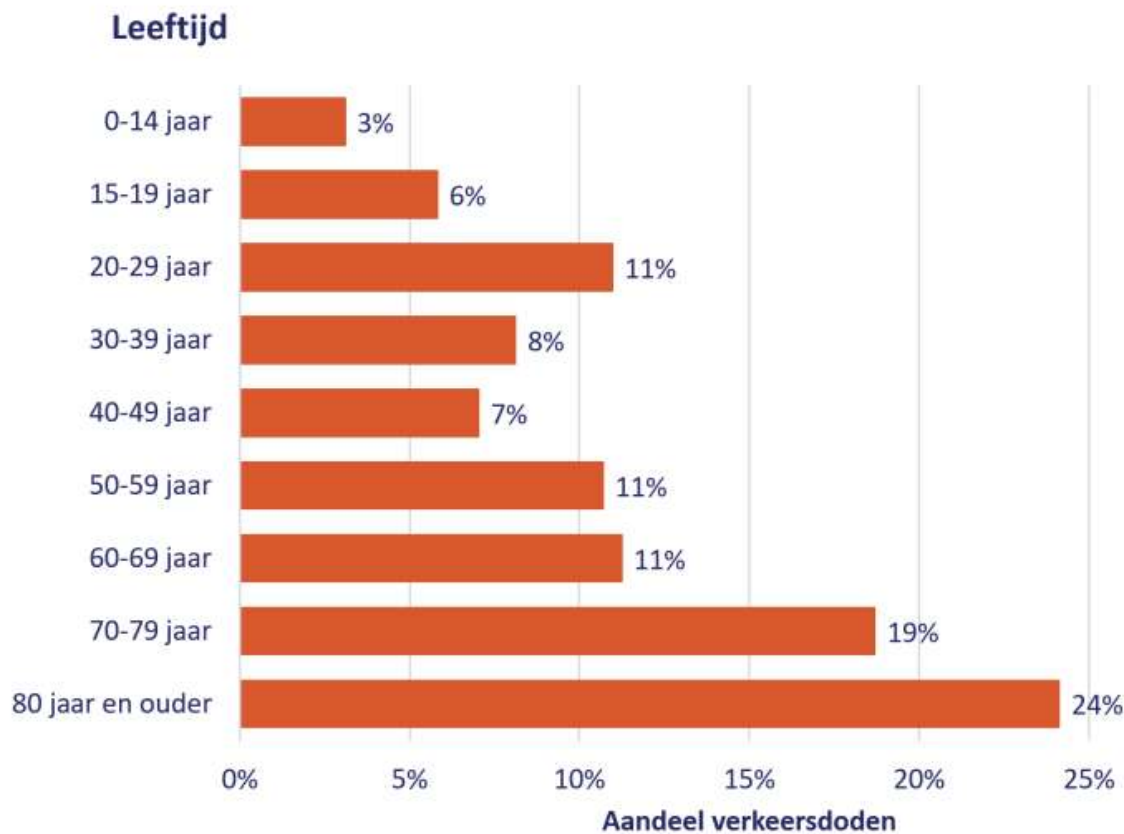
Verkeersdoden naar vervoerswijze (2025)

Jaarlijks aantal verkeersdoden



Senioren en Verkeersveiligheid

Dodelijke verkeersslachtoffers in Nederland 2022 (SWOV)



Senioren blijken sterk oververtegenwoordigd te zijn onder de verkeersslachtoffers:

Ongeveer 15% van de Nederlandse Bevolking is 70 jaar of ouder (CBS) maar zij maken 43% van het aantal dodelijke verkeersslachtoffers uit.

Het aantal doden is slechts de top van de ijsberg



Belangrijke risico factoren in het verkeer.

Naast **hoge snelheid** en het niet dragen van **helm** of **veiligheidsgordel**, is **alcohol** in het verkeer (drunkdriving) een van de belangrijkste (mede) oorzaken van verkeersongevallen



Schattingen aantal doden ten gevolge van verkeersongevallen waarbij alcohol in het spel is.

- Nederland: 76-140 doden jaarlijks (SWOV).
- Wereldwijd: gemiddeld 25% van het aantal dodelijke slachtoffers.

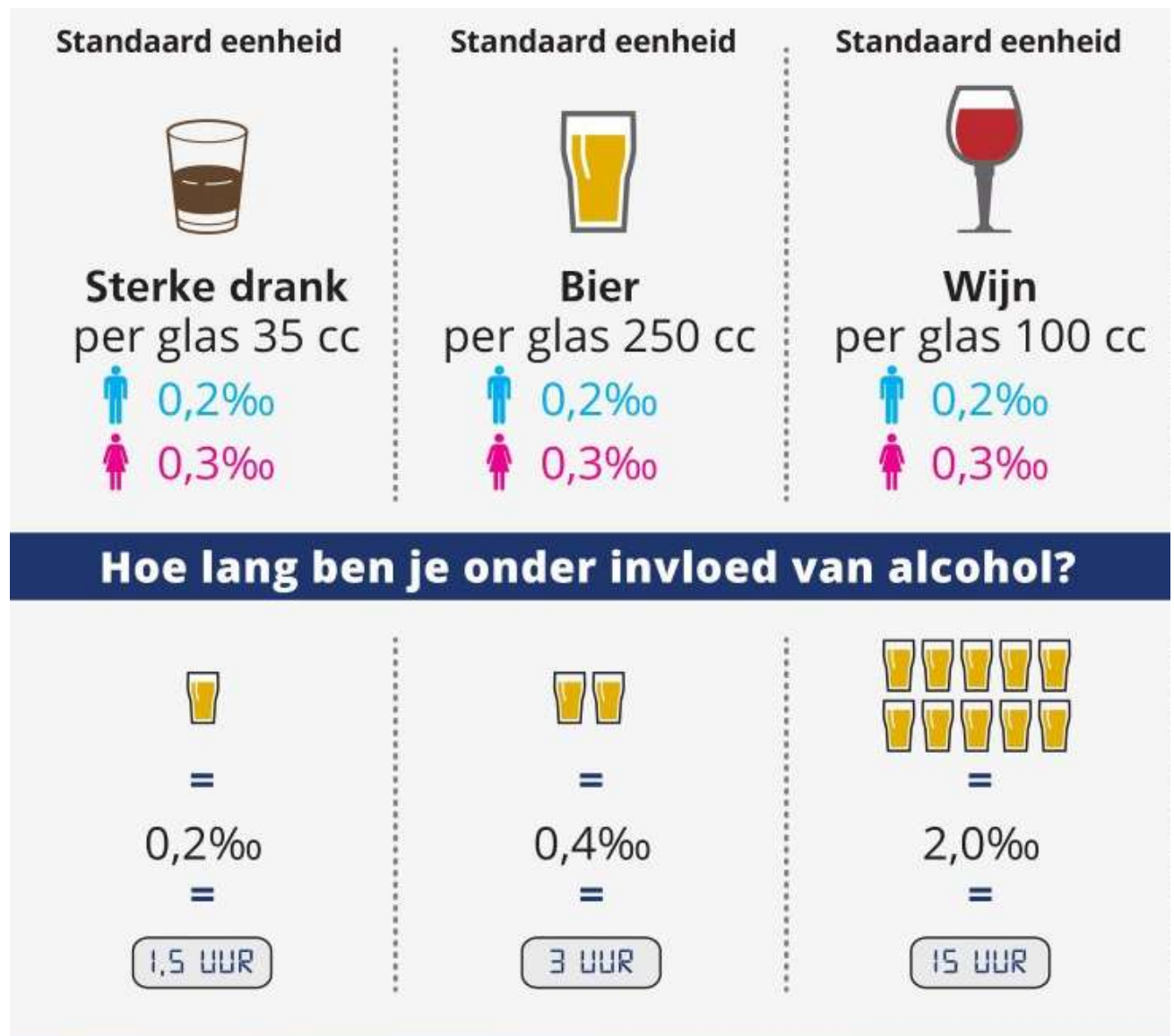


Wettelijke eisen maximale hoeveelheid alcohol in je bloed (BAC)

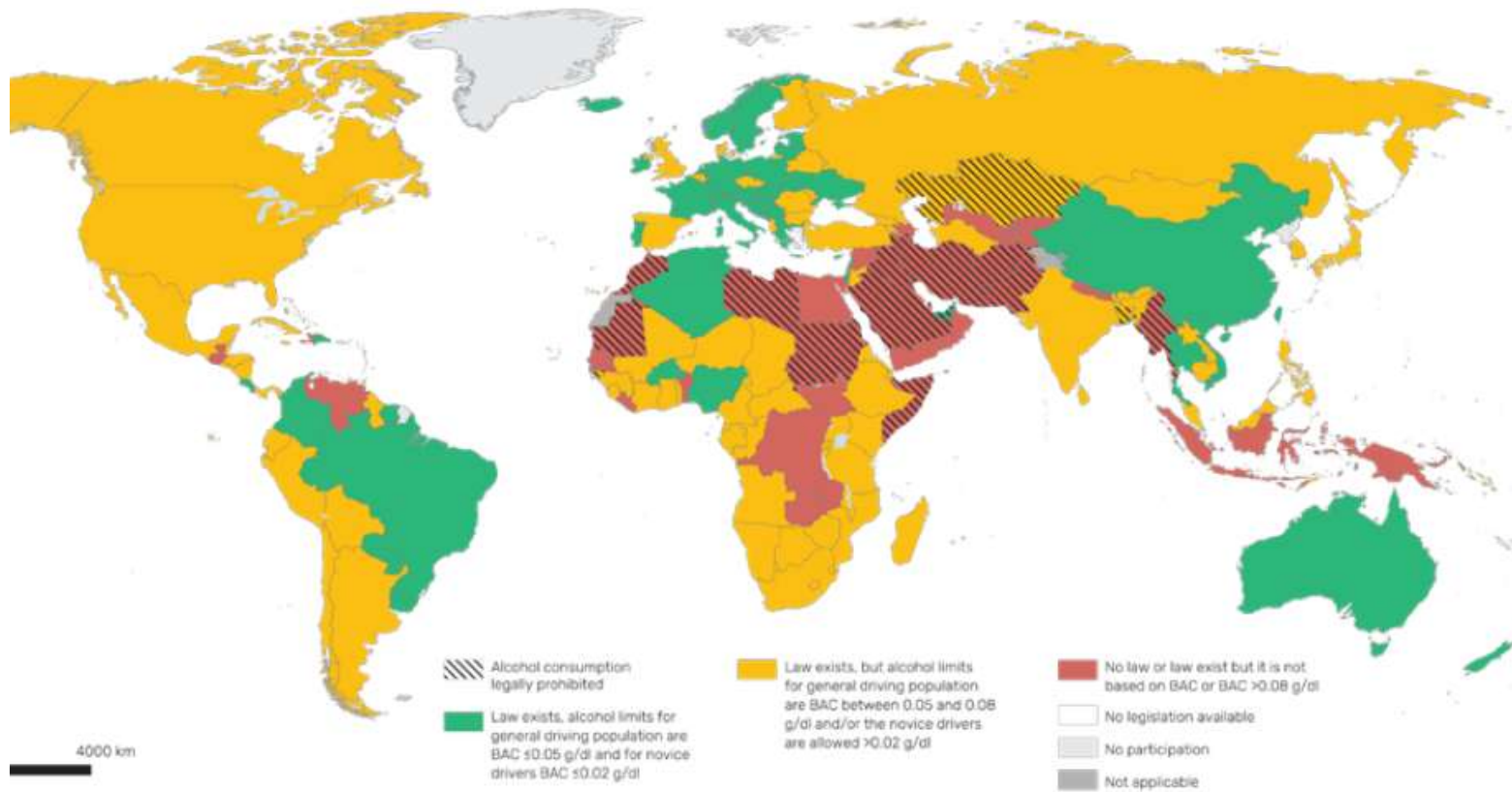
- BAC = Blood Alcohol Concentration
- Meeste gebruikte grens wereldwijd: 0,5 ‰



Relatie tussen aantal glazen alcohol en BAC

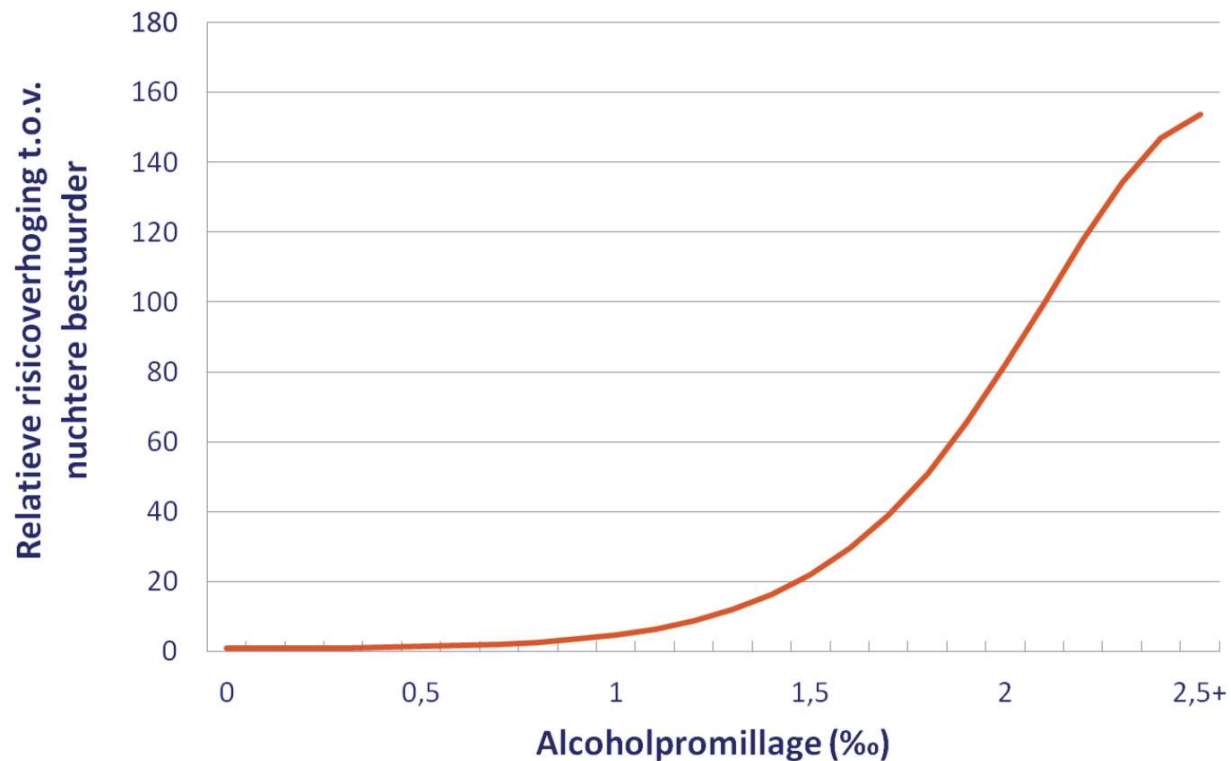


Status landen met alcohol limieten in het verkeer



4/23/2026

Risico verhoging kans op ongevallen door gebruik van alcohol als functie van BAC



Enkele slotopmerkingen (1)

- Afbraak van alcohol in het bloed gaat langzamer bij ouderen.
- Extra risico: combinatie van alcohol met medicijnen of drugs.
- Vermijd het zelf auto rijden bij gebruik van alcohol in het bijzonder i.v.m de gevaren die dit oplevert voor andere weggebruikers.



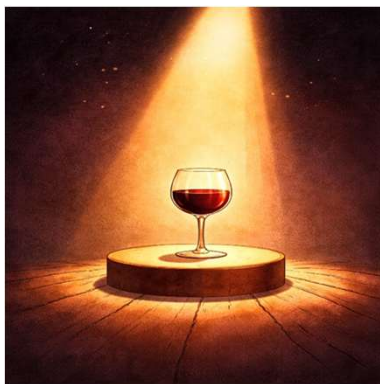
Enkele slotopmerkingen (2)

- Voor fietsers gelden niet de BAC normen. Maar politie kan wel bekeuren bij gevaarlijk fietsgedrag.
- En: een fietser die alcohol heeft gedronken heeft een hoger valrisico. Advies: pas je snelheid als fietser aan, draag een fietshelm en maak gebruik van fietspaden en autoluwe routes.



Vragen en discussie





toelichting op alcoholvrije wijn

Marianne Koppelmans, sommelier





world of NIX



- 0.0% WIJN BEVAT GEEN MEETBARE HOEVEELHEID ALCOHOL (MINDER DAN 0,05%).



- 0.5% WIJN MAG NOG EEN KLEIN PERCENTAGE ALCOHOL BEVATTEN.







CHARDONNAY

RIESLING

SAUVIGNON BLANC

MUSKAAT

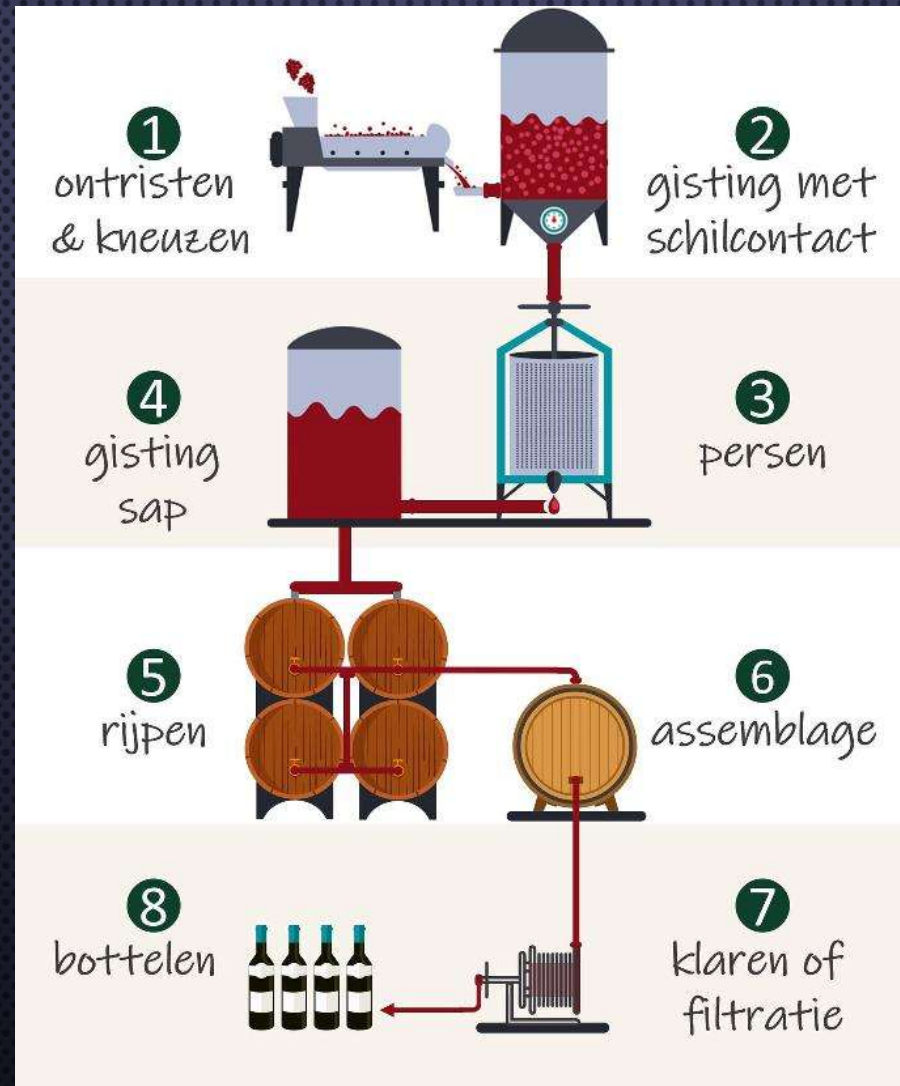


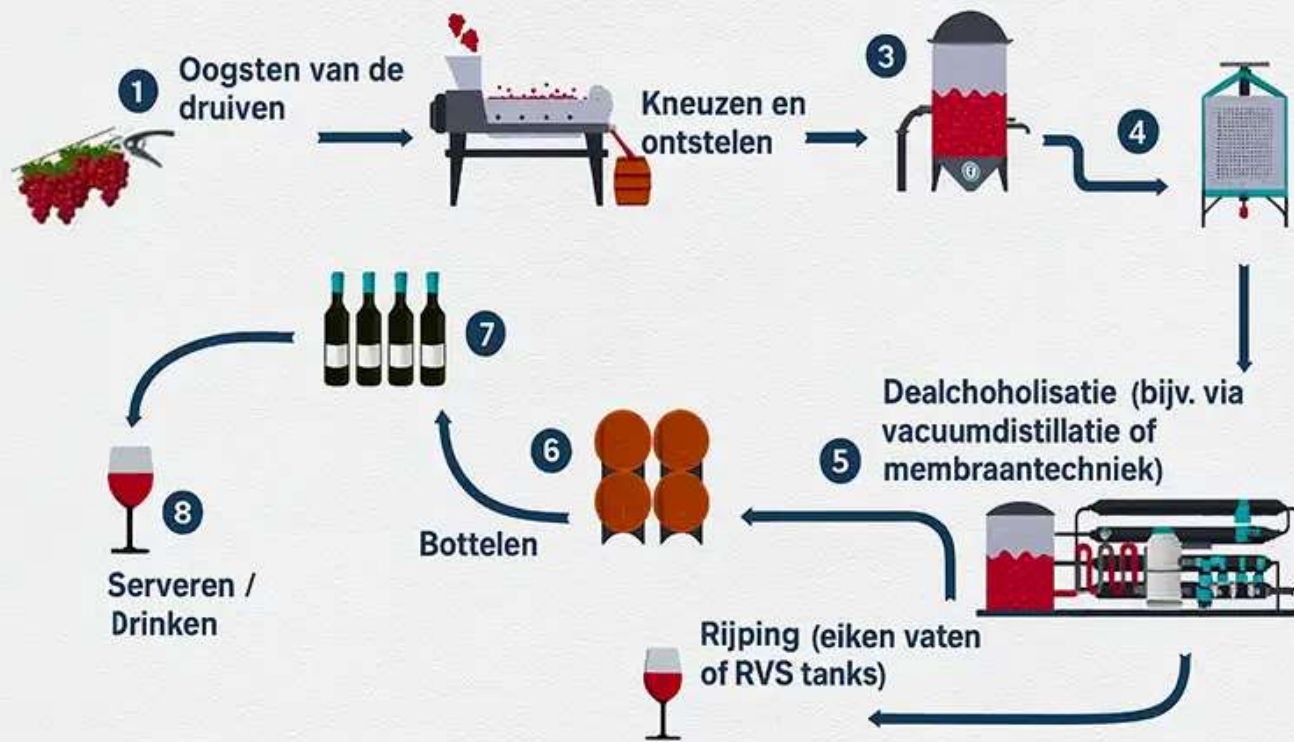
MERLOT

SYRAH

CABERNET SAUVIGNON

TEMPRANILLO





ZELFWIJNMAKEN.COM

ALCOHOL ALS " SMAAKDRAGER "

- * VERSTERKING VAN AROMA'S
- * GEEFT ZOETIG/BRANDERIG MONDGEVOEL EN BODY
- * GEUR- EN SMAAKSTOFFEN LOSSEN OP IN ALCOHOL

BIJ DE-ALCOHOLISATIE:

- * MINDER GEURBELEVING
- * KOMT DUNNER EN WATERIG OVER
- * MIST ZOETE INDRUK VAN ALCOHOL EN MEER ZUREN

1



**Vacuüm
destillatie**

2



Centrifuge

3

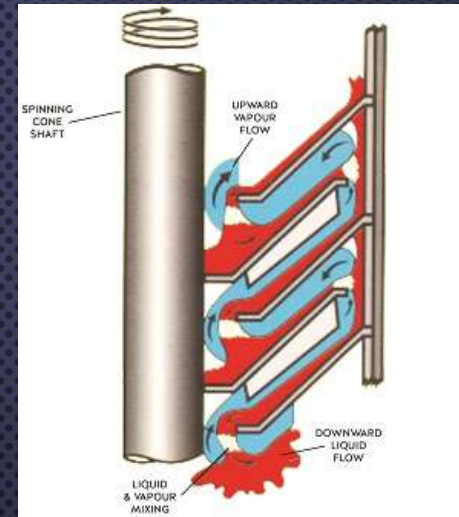
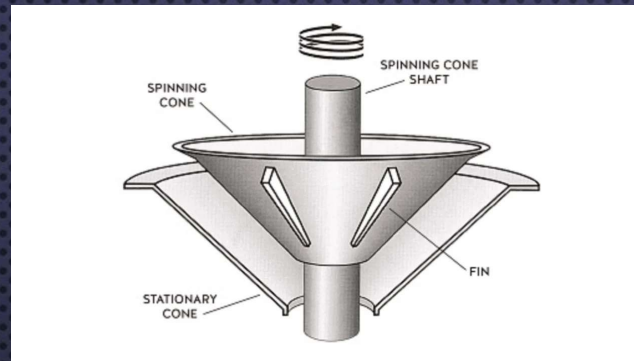
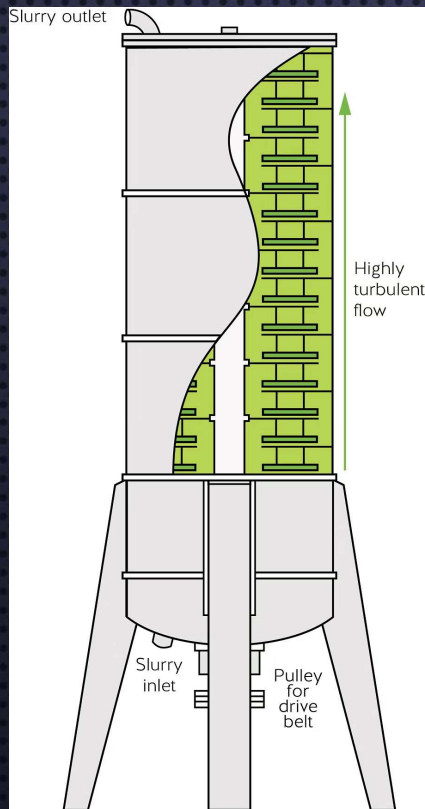


**Omgekeerde
Osmose**



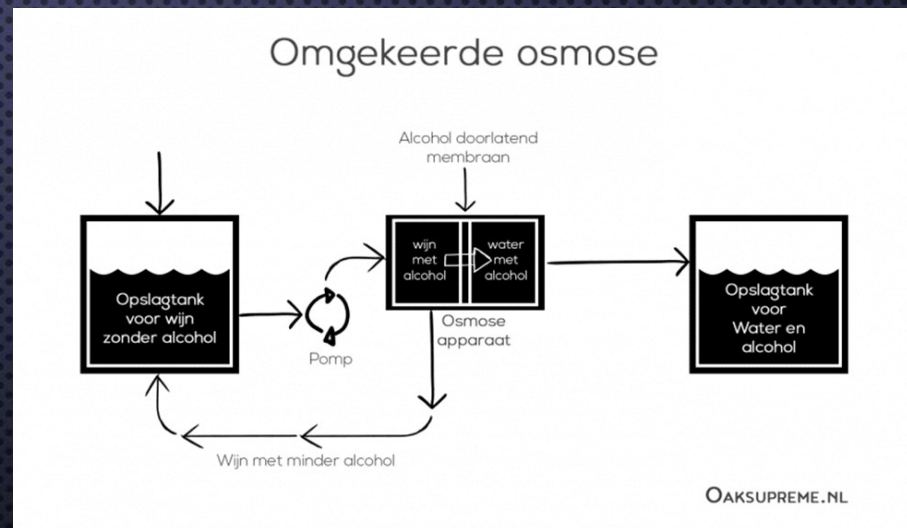


VACUÛMDESTILLATIE: DE WIJN WORDT VERWARMD IN EEN VACUÛM, WAARBIJ DE ALCOHOL VERDAMPT. DOORDAT DIT BIJ LAGE TEMPERATUUR GEBEURT, BLIJVEN VEEL AROMA'S BEHOUDEN.



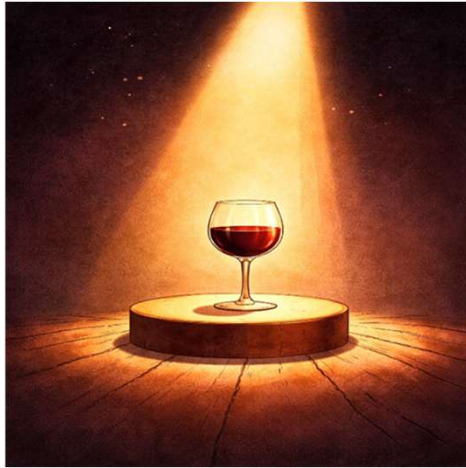
SPINNING CONE :DE WIJN WORDT IN EEN CENTRIFUGE RONDGEDRAAID, WAARBIJ DE ALCOHOL WORDT 'GESCHEIDEN' VAN DE ANDERE COMPONENTEN. HIERBIJ WORDEN VLUCHTIGE AROMA'S WEER OPGEVANGEN IN EEN VACCUUM, EN LATER WEER TOEGEVOEGD AAN DE WIJN.

- EEN FILTER SCHEIDT DE ALCOHOL EN WATER VAN DE REST VAN DE WIJN. DAARNA WORDT HET WATER TERUG TOEGEVOEGD.









**Dank aan sprekers en
andere betrokkenen**

Daarna:

Alcoholvrije wijnproeverij



Leestafel in de bieb

