

HL 2-1394

# HANDBOEK CYPRUS

Uitgave november 1998

Vastgesteld door Directeur Operationele Staf BLS  
bij briefnr OPS BLS/1998/21120 dd. 31-08-1998

## VOORWOORD

1. **Doel.** Doel van het handboek Cyprus is algemene informatie te verschaffen die van belang is voor het werken en het verblijf van de Nederlandse militair op Cyprus.
2. De situatie op Cyprus is aan veranderingen onderhevig. Daarvoor zal het handboek periodiek worden bijgesteld. Wijzigingsbladen worden niet uitgegeven.
3. Het handboek treedt **niet** in de plaats van (delen van) bestaande voorschriften.
4. Commentaar, suggesties en aanvullingen kunnen worden ingediend bij:

Operationele Staf BLS  
Bureau Communicatie

## INHOUDSOPGAVE

<b>1</b>	<b>CYPRUS</b>	blz.
1.1	Algemeen.....	1.1
1.2	Historische en politieke achtergronden .....	1.2
1.3	De Verenigde Naties op Cyprus .....	1.4
1.4	De Cypriotische kwestie.....	1.6
1.5	United Nations Force op Cyprus (UNFICYP) .....	1.7
1.6	Operationele Staf BLS en sitcen.....	1.9
<b>2</b>	<b>TAALASPECTEN</b>	
2.1	Grieks .....	2.1
2.2	Turks.....	2.3
<b>3</b>	<b>MILITAIRE ASPECTEN</b>	
3.1	Optredende groeperingen .....	3.1
3.2	Invloed weer en terrein op de omgeving .....	3.3
3.2	Invloed weer en terrein op personeel en materieel .....	3.6
<b>4</b>	<b>MILITAIRE VEILIGHEID</b>	
4.1	Inleiding.....	4.1
4.2	Beveiligen van gegevens .....	4.1
4.3	Beveiligen van materieel .....	4.2
4.4	Eigen gedrag en veiligheid .....	4.2
4.5	Melden van incidenten .....	4.6

<b>5</b>	<b>DRILLS EN GEDRAGINGEN</b>	
5.1	Wij zijn de vredestroepen van de VN.....	5.1
5.2	Persoonlijke gedragscode voor blauwhelmen in tien punten.....	5.4
5.3	Gedragscode Koninklijke Landmacht .....	5.6
5.4	Gedragscode met toelichting .....	5.7

<b>6</b>	<b>PERSOONLIJKE VERZORGING</b>	
6.1	Hygiëne te velde algemeen.....	6.1
6.2	Hygiëne van de individuele militair .....	6.2
6.3	Hygiëne van kleding en uitrusting .....	6.7
6.4	Aanpassen kleding aan weer en klimaat .....	6.9
6.5	Klimaat op Cyprus algemeen .....	6.10
6.6	Preventieve maatregelen tegen warmteletsels .....	6.10

# 1 CYPRUS

## 1.1 ALGEMEEN

Het eiland Cyprus ligt in het noordoostelijk deel van de Middellandse Zee, op ongeveer 70 km ten zuiden van Turkije en ongeveer 100 km ten westen van Syrië. Nicosia, de hoofdstad, heeft ruim 250.000 inwoners. Het eiland is verdeeld in een Grieks-Cypriotisch deel (59% van het grondgebied) en een Turks-Cypriotisch deel (37% van het grondgebied). Beide delen worden van elkaar gescheiden door een VN-bufferzone (4%).

Daarnaast heeft het Verenigd Koninkrijk twee militaire bases: de WSBA en de ESBA (Western- en Eastern Sovereign Base). Deze bases zijn nog steeds Brits grondgebied. Op de WSBA liggen de plaatsen Episkopi en Akrotiri. Op het terrein van de ESBA ligt de plaats Dhekelia. Op beide bases is een infanteriebataljon aanwezig en zijn er verbindingstroepen en logistieke eenheden. De Royal Air Force (RAF) is ook op beide bases vertegenwoordigd. Zowel de WSBA als de ESBA heeft de beschikking over een vliegveld.

De Cypriotische bevolking bestaat uit ongeveer 850.000 personen. Van dit aantal zijn zo'n 650.000 personen Grieks-Cypriotisch. De rest wordt gevormd door de Turks-Cypriotische minderheid. De belangrijkste religies zijn Grieks-Orthodox (78%) en de Islam (18%). De voertalen zijn Grieks en Turks. De Engelse taal wordt bijna overal gesproken.

Op het eiland worden twee valuta gevoerd. Op het Grieks-Cypriotisch deel de Grieks-Cypriotische pond en op het Turks-Cypriotisch deel de Turkse Lira. De wisselkoers bedraagt voor 1 Cypriotische pond f 3,86 (wisselkoers 17-8-1998). Voor 100 Turkse Lira bedraagt de tegenwaarde f 0,0009 (wisselkoers van 17-8-1998).

## 1.2 HISTORISCHE EN POLITIEKE ACHTERGRONDEN

Hoewel de eilandbevolking al sinds het jaar 2000 v. Chr. overwegend etnisch Grieks is, heeft het vanwege de veelvuldige aanwezigheid van bezettingsmachten aan allerlei buitenlandse invloeden blootgestaan. Na kortere en langere periodes van overheersing, door bijvoorbeeld de Perzen, de Romeinen en de Venetianen, werd Cyprus in 1571 vanuit het Ottomaanse Rijk binnengevallen. Deze Turkse bezetting duurde tot 1878. De huidige generatie Turks-Cyprioten stamt rechtstreeks af van de groep Turkse kolonisten die in de periode 1571-1878 over het eiland heerste.

Vanaf 1878 kwam Cyprus, als onderdeel van een afspraak tussen de Turkse Sultan en Engeland, onder Brits bestuur te staan. Formeel bleef het eiland echter deel uitmaken van het Ottomaanse Rijk. Toen Turkije in de Eerste Wereldoorlog (1914-1918) de zijde van Duitsland koos, zagen de Engelsen in 1914 hun kans schoon: zij verklaarden de Turken de oorlog en annexeerden Cyprus. Turkije ondertekende in 1923 het Verdrag van Lausanne. Daarmee droeg zij haar territoriale en bestuurlijke aanspraken op Cyprus officieel over aan de Engelsen. Daardoor werd Cyprus in 1925 een Britse kroonkolonie.

### Enosis

Vanaf de jaren dertig waren op het eiland groeperingen van Grieks-Cypriotische nationalistengroepen politiek actief. Ze verzetten zich tegen de Engelse koloniale overheersing en waren voorstander van de zogenaamde enosis: de staatkundige eenwording van Cyprus met Griekenland. Begin jaren vijftig nam de druk van deze groeperingen op de Engelse autoriteiten toe. Ze werden gesteund door de Grieks-Orthodoxe kerk in het algemeen en aartsbisschop Makarios in het bijzonder. Maar de Engelsen wilden van geen wijken weten. Cyprus was voor de Britten namelijk het belangrijkste stra-

tegische steunpunt in het Midden-Oosten geworden. Dat konden ze niet zomaar opgegeven.

Vanwege de Engelse weerspannigheid radicaliseerde in de loop van de jaren vijftig een deel van de Grieks-Cypriotische nationalistengroepen. Ze organiseerden zich in de EOKA (Nationale Organisatie van Cypriotische Strijders). Onder leiding van generaal George Grivas begonnen ze vanaf 1955 een guerrilla tegen de Britse gezaghebbers om de enosis te realiseren.

Tegelijkertijd werd Turkije steeds bezorgder. Zij was bang dat Cyprus na het eventuele vertrek van de Engelsen Grieks grondgebied zou worden. Dit zou niet alleen de Turkse minderheid op het eiland ernstig in de verdrukking brengen, maar ook de stabiliteit in de regio kunnen verstoren.

### Taksim

Daarom spoorde Turkije de Turks-Cyprioten aan tot taksim: de Turks-Cypriotische afsplitsing van het Griekse volksdeel en aansluiting (op een eigen stuk van het eiland) bij Turkije. Toen de EOKA vervolgens haar strijd opvoerde en ook de spanning tussen Grieks- en Turks-Cyprioten toenam, zagen de Engelsen in dat het niet langer mogelijk was Cyprus zijn recht op zelfbeschikking te ontzeggen. Op 16 augustus 1960 stonden zij 97.2 % van het eiland af aan de onafhankelijke Republiek van Cyprus. Het resterende grondgebied bleef in de vorm van twee Sovereign Base Areas (SBA's) voor militaire doeleinden in Engelse handen.

### Grondwet

De grondwet van 1960 was vooral het samenwerkingsproduct van Griekenland, Turkije en Groot-Brittannië. De twee etnische gemeenschappen op het eiland werden er nauwelijks bij betrokken. Hoewel de grondwet bepalingen bevatte over de rechten van de Grieks-Cypriotische en de Turks-Cypriotische bevolkingsgroepen, voelden beide

gemeenschappen zich ten opzichte van elkaar benadeeld. De Grieks-Cypriotische nationalistenvoelden zich door de grondwet bedrogen. Aan de ene kant, omdat het concept van machtsdeling waarop de grondwet was gebaseerd, tot ingewikkelde bestuurlijke verhoudingen tussen Turks- en Grieks-Cyprioten leidde. Daardoor kregen de Turken in hun ogen (veel) te veel macht toebedeeld. Aan de andere kant, omdat de grondwet op geen enkele wijze beantwoordde aan hun streven naar enosis. Het gebrek aan maatschappelijk draagvlak voor de grondwet deed Cyprus al spoedig na haar onafhankelijkheid in een politiek-bestuurlijke en constitutionele crisis belanden.

### **Groene Lijn**

Toen de eerste president van het eiland, aartsbisschop Makarios, in 1963 de grondwet wilde wijzigen om de ontstane impasse te doorbreken, zagen de Turks-Cyprioten dit als een poging van de Grieks-Cyprioten hen hun rechten te ontnemen. Hierop braken onlusten uit tussen beide gemeenschappen waarbij meer dan vijfhonderd slachtoffers vielen. Britse troepen verlieten hun soevereine bases om de strijdende partijen van elkaar te scheiden en wisten hen tot een wapenstilstand te bewegen. Hierdoor ontstond een bestandlijn, de zogenaamde 'Groene Lijn', die het eiland sinds 1964 opdeelt in een Grieks- en Turks-Cypriotisch deel.

## **1.3 DE VERENIGDE NATIES IN CYPRUS**

De VN Veiligheidsraad besloot in maart 1964, op verzoek van de dan geheel uit Grieks-Cyprioten bestaande regering, een Internationale Vredesmacht, genaamd UNFICYP (UN peacekeeping Force In Cyprus), op het eiland te stationeren. Deze kreeg op grond van resolutie 186/1964 de taak om de wankel wapenstilstand tussen beide bevolkings-

groepen te controleren. Ze moest ook voorkomen dat er zich opnieuw gewapende conflicten zouden voordoen. Bovendien riepen de VN-lidstaten de Cypriotische bevolking op hun onderlinge geschillen zo spoedig mogelijk langs vreedzame weg te beslechten. Het was de eerste resolutie van een lange reeks die nog zou volgen.

### **Staatsgreep**

Ondanks de aanwezigheid van UNFICYP bleek het echter niet gemakkelijk om Grieks-Cyprioten en Turks-Cyprioten via de onderhandelingstafel tot vrede te bewegen. De situatie verergerde zelfs, toen in 1967 in Griekenland een militaire junta aan de macht kwam die uitdrukkelijk haar greep op Cyprus wilde verstevigen. Makarios, die nog steeds president was en intussen steeds meer was gaan leunen op de communistische partij van Cyprus, had echter maar weinig op met het extreem-rechtse kolonelsregime in Athene. Toen Makarios bovendien vooruitgang leek te boeken in zijn onderhandelingen met de Turks-Cypriotische leiders over een toekomstige (constitutionele) status van het eiland, pleegde de Grieks-Cypriotische Nationale Garde, gesteund door het regime in Athene, in de zomer van 1974 een staatsgreep.

### **Turkse interventie**

Makarios werd afgezet en Nikos Sampson, een erkend voorstander van enosis, kwam aan de macht. Toen was het Turkije dat zich geroepen voelde het op te nemen voor de bescherming van het Turks-Cypriotische bevolkingsdeel. Op 14 augustus 1974 'intervenierde' Turkije. Het bezette het noorden van Cyprus, waardoor de Turks-Cyprioten feitelijk de macht kregen over dit deel van het eiland, ruimeenderde van het totale grondgebied.

Zo'n 160.000 in het noorden woonachtige Grieks-Cyprioten vluchtten naar het zuiden van het eiland en omgekeerd zochten ruim 40.000 Turks-Cyprioten uit het

zuiden hun toevlucht tot het noordelijke deel. Vanaf dit moment vielen de etnische en geografische grenzen samen en was de tweedeling van het eiland in een noordelijk Turks- en zuidelijk Grieks-Cypriotisch deel een feit.

### TRNC

Na de val van de Griekse dictatuur in 1974 werd Glafkos Klerides de nieuwe president van Cyprus. Op het Turkse deel werd parallel aan de ontwikkelingen op het Griekse deel van het eiland een eigen politiek-bestuurlijke organisatiestructuur opgezet. Rauf Denktash werd hier gekozen tot president.

In 1977 en in 1979 kwamen de leiders van het noordelijke en zuidelijke deel overeen dat de toekomst van het eiland gezocht moest worden in de totstandkoming van een federatie met twee gelijkwaardige gebiedsdelen en twee gelijkwaardige etnische gemeenschappen. Op 15 november 1983 verklaarde Rauf Denktash het noordelijke deel van Cyprus onafhankelijk en riep de Turkse Republiek van Noord Cyprus (TRNC) uit.

### 1.4 DE CYPRIOTISCHE KWESTIE

Vanaf het moment dat de TRNC werd uitgeroepen, is tussen beide Cypriotische gemeenschappen een evenwicht ontstaan waarin tot nu toe geen verandering is gekomen. De TRNC wordt internationaal alleen door Turkije erkend. De rest van de internationale gemeenschap beschouwt de Grieks-Cypriotische regering als het enige legitieme en soevereine gezag op het eiland. Hoewel de internationale gemeenschap na 1983 de Cyprioten met vele resoluties heeft bestookt waarin zij worden opgeroepen hun onderlinge geschillen bij te leggen en de deling van het eiland op te heffen, zijn alle pogingen nog mislukt. Dat komt vanwege de haaks op elkaar staande standpunten die beide partijen

tegenover elkaar innemen. Besprekingen tussen de politieke leiders van beide gemeenschappen blijken iedere keer kansloos.

Immers, de TRNC eist dat zij als een zelfstandig geheel wordt beschouwd en dat zij politiek gelijkwaardig is aan Grieks-Cyprus. Zolang deze erkenning uitblijft, weigeren de politieke leiders van de TRNC de vredes- en herenigingsvoorstellen serieus in overweging te nemen.

Op hun beurt beschouwen de Grieks-Cyprioten de TRNC als een illegale macht. Zij zoeken een oplossing in de volledige demilitarisering van het eiland. Daarmee bedoelen de Grieks-Cyprioten vooral de terugtrekking van de ongeveer 30.000 Turkse troepen van het noordelijke deel van het eiland.

**Deze onverenigbaarheid van standpunten vormt de kern van de Cypriotische kwestie, zoals het conflict meestal wordt genoemd.**

### 1.5 UNITED NATIONS FORCE OP CYPRUS (UNFICYP)

#### Achtergrond

Het Verenigd Koninkrijk heeft vanaf het begin bijgedragen aan UNFICYP. Sinds 1974 is UNFICYP (inbegrepen het Britse contingent BRITCON) ontplooid langs de Buffer Zone tussen de confrontatielijnen van de Turkse strijdkrachten en de Grieks-Cypriotische Nationale Garde. UNFICYP bezoekt, buiten de Britse bases, ook de rest van het eiland voor humanitaire, liaison en andere taken.

#### VN-mandaat

Voor UNFICYP geldt het volgende mandaat dat elke zes maanden door de VN Veiligheidsraad opnieuw wordt geëvalueerd (Veiligheidsraadresolutie 186 van 4 maart 1964):

“In the interest of preserving international peace and security to use its best efforts to prevent a recurrence of fighting and, as necessary, to contribute to the maintenance and restoration of law and order and a return to normal conditions.”

“In het belang van het handhaven van de internationale vrede en veiligheid de beste inspanningen verrichten om hernieuwde gevechten te voorkomen en, zoveel als nodig, bij te dragen aan de handhaving en het herstel van recht en orde en een terugkeer naar normale omstandigheden.”

### **Opdracht UNFICYP**

De opdracht van UNFICYP luidt:

“Het voorkomen van hernieuwde gevechten door het handhaven van een vreedzame atmosfeer waarbinnen een rechtvaardige en langdurende oplossing voor het probleem op Cyprus kan worden gevonden.”

UNFICYP is een open en onpartijdige vredesmacht die opereert met toestemming van de Grieks- en Turks-Cyprioten en welke vertrouwt op tact en geduld om problemen op het laagste niveau op te lossen door onderhandeling. UNFICYP voert twee hoofdtaken uit:

- a. controle van de Buffer Zone om het staakt-het-vuren en de bestaande situatie (Status Quo) te handhaven;
- b. humanitaire taken.

### **Opdracht 1 (NL) VN Compagnie UNFICYP**

Het is de opdracht van 1 (NL) VN Compagnie UNFICYP om binnen het UK Roulement Regiment en de Mobile Force Reserve van UNFICYP bij te dragen aan de uitvoering van de UNFICYP-missie.

### **Contingentscommando**

Door de Chef van de Defensiestaf (CDS), die de leiding

heeft over de crisisbeheersingsoperaties, is binnen 1 (NL) VN Compagnie UNFICYP een contingentscommandant (Commander Dutch Contingent) aangewezen. Deze bewaakt namens de CDS al die aangelegenheden die een nationale Nederlandse verantwoordelijkheid blijven. Het betreft daarbij bijvoorbeeld de taak die aan 1 (NL) VN Compagnie UNFICYP wordt opgedragen en rapportages aan de Defensiestaf. Tevens voert de contingentscommandant het administratief bevel over al het ingedeeld Nederlands personeel.

## **1.6 OPERATIONELE STAF BLS EN SITCEN**

### **Operationele Staf BLS**

De Operationele Staf BLS is namens de Bevelhebber der Landstrijdkrachten belast met het voorbereiden, ondersteunen en coördineren van activiteiten met betrekking tot de KL-deelname aan vredesondersteunende operaties en aan internationale noodhulp. Ook is zij verantwoordelijk voor de thuisfrontzorg van uitgezonden militairen. Daarnaast vormt de Operationele Staf BLS de kern van de Staf van de BLS in oorlogstijd. Daarom wordt de voorbereiding op de algemene verdedigingstaak op BLS-niveau gecoördineerd.

De Operationele Staf BLS bestaat uit een Chef Stafgroep, een sectie G 1 (personeel), G 2/3 (inlichtingen, operatiën en opleidingen), G 4 (logistiek) en G 6 (communicatie en control), een sectie Lessons Learned en een sectie Wapenbeheersing. In de Operationele Staf BLS zitten daarnaast stafofficieren op het gebied van verkeer en vervoer, juridische aangelegenheden, financieel-economische zaken, geneeskundige aspecten en cultureel erfgoed.

### **Het Situatiecentrum (sitcen) BLS**

Het Situatiecentrum van de Bevelhebber der Land-



strijdkrachten (Sitcen BLS) maakt deel uit van de Operationele Staf BLS en is 24 uur per dag bereikbaar. Ze heeft twee taken.

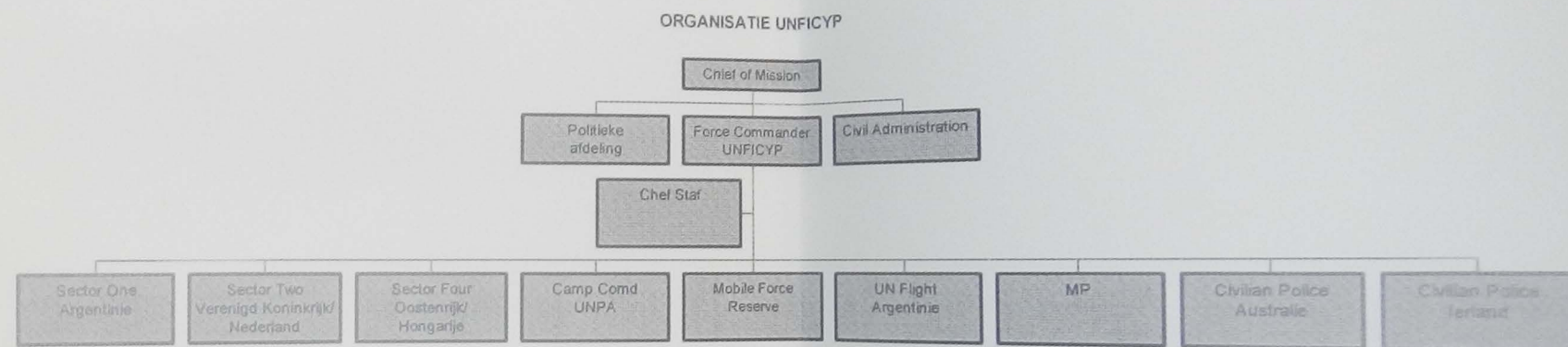
Het sitcen is het operationeel centrum voor de BLS. Dat betekent dat allerlei verschillende operationele aangelegenheden, nationaal en internationaal waar het om Nederlanders gaat, op een centraal punt (het sitcen) gemeld worden. Vanuit het sitcen worden dan de eventuele maatregelen gecoördineerd.

De tweede taak van het sitcen is het fungeren als hét aanspreekpunt voor de achterban van de uitgezonden militair. De achterban kan met alle vragen terecht bij het sitcen. Ook zorgt het sitcen ervoor dat belangrijke informatie van hen zo snel mogelijk, via de juiste mensen, bij de uitgezonden militair terecht komt.

Bij ongevallen of calamiteiten informeren maatschappelijke werkers van de MDD altijd persoonlijk de achterban. Je zult wel begrijpen dat het daarom van groot belang is dat het sitcen op de hoogte is en blijft van jouw verblijfplaats. Wanneer je tijdens je vakantie niet op je huisadres bereikbaar bent, moet je dat dus doorgeven aan het sitcen. Het sitcen beschikt niet over spoorzoekers.

**070 - 3262692: het sitcen is dag en nacht bereikbaar**

## ORGANISATIE UNFICYP



E:\auro\cyprus\28\_04\_98\1



CYPRUS

## 2 TAALASPECTEN

### 2.1 GRIEKS

#### Uitspraak

De gebruikte letters en symbolen:

- a als in *vader*
- ch zachte, stemhebbende g
- D zachte, Engelse the als in *this*
- e als in *pet*
- g als in gj in *wiegje*
- g<sup>^</sup> als in Engels *goal*
- I dunne l
- o als in *pot*
- S harde, Engelse th als in *think*
- v stemhebbende v

De overige letters klinken ongeveer hetzelfde als in het Nederlands.

#### Een, twee, drie...

o	mieDen	30	triejanda
1	ena	31	triejanda ena
2	Diejo	32	triejanda Diejo
3	trieja		
4	tesera	40	saranda
5	pende	50	penienda
6	eksie	60	eksienda
7	efta	70	evDomienda
8	ochto	80	ochDonda
9	enja	90	enenienda
10	Deka	100	ekato
11	endeka	101	ekaton ena

12	DoDeka	110	ekaton Deka
13	Dekatrieja	120	ekaton iekosi
14	Dekatesera		
15	Dekapende	200	Diejakosieja
16	Dekaeksie	300	triejakosieja
17	Dekaeftha	400	tetrakosieja
18	Dekaochto	500	pendakosieja
19	Dekaenja	600	eksakosieja
20	iekosie	700	eftakosieja
21	iekosie ena	800	ochtakosieja
22	iekosie Diejo	900	enjakosieja
		1000	gielja

### Begroetingen...

Dag meneer x	jasas kierendeje x
Dag mevrouw x	jasas kierendeja x
Goedendag	kaliemera
Goedenavond	kaliespera
Hoe gaat het ermee?	tie kanete?
Tot ziens	adiejo
Tot straks/zo	Sa se Do se liecho

### Antwoorden...

Ja, natuurlijk	ne, vevea/veveos
Nee, het spijt me.	ogie, liepame
Dat is goed	kala
Akkoord	endaksie
Ik weet het niet	Deng zero
Bedankt/dank u wel	efchariesto
Geen dank	parakalo
Ik ben Nederlander.	ieme olanDos
Spreekt u Engels?	mielate anglieka
Ik begrijp het niet.	Lechome

### Uitspraak

Zogenaamde lange klinkers (aa, ee) worden in de uitspraak weergave altijd geschreven als een dubbele klinker. Zogenaamde korte klinkers worden altijd weergegeven met een enkele klinker, dat wil zeggen:

a	als in af
e	als in mes
i	als in Wim
u	als in dun

De gebruikte letters en symbolen:

dj	als de Engels g in <i>gentle</i>
j	als in <i>ja</i>
g <sup>^</sup>	als de Engelse g in <i>garden</i>
R	niet of nauwelijks uitspreken (een hele lichte r-klank)
sj	als in <i>sjaal</i>
tsj	als de tsj in <i>Tsjechoslowakije</i>
w	als de w in <i>winter</i>
zj	als de Franse j in <i>Je suis</i>

De overige letters zijn min of meer gelijk als in het Nederlands.

### Een, twee, drie...

o	sefer	30	otoez
1	bier	31	otoez bier
2	ieki	32	otoez ieki
3	utsj		
4	deurt	40	kerk
5	besj	50	elli
6	alte	60	altmesj

7	jedi	70	jetmiesj
8	sekiez	80	seksen
9	dokoez	90	doksan
10	on	100	juz
11	on bier	101	juz bier
12	on ieki	110	juz on
13	on utsj	120	juz jiermi
14	on deurt		
15	on besj	200	ieki juz
16	on alte	300	utsj juz
17	on jedi	400	deurt juz
18	on sekiez	500	besj juz
19	on dokoez	600	alte juz
20	jiermi	700	jedi juz
21	jiermi bier	800	sekiez juz
22	jiermi ieki	900	dokoez juz
		1000	bien

**Begroetingen...**

Dag meneer x	merhaba x bej
Dag mevrouw x	merhaba x hanem
Goedendag	merhaba
Goedenavond	ieji aksjamlar
Hoe gaat het ermee?	Naselsenez, ieji miesieniez?
Tot ziens	g^ule^g^ule
Tot straks/zo	sonra g^eurusjmek uzere

**Antwoorden...**

Ja, natuurlijk	ewet, tabiei
Nee, het spijt me.	Hajer, euzur dieleriem
Dat is goed	ieji
Akkoord	Tamam
Ik weet het niet	bielmiejeroem

Bedankt/dank u wel  
 Geen dank  
 Ik ben Nederlander.  
 Spreekt u Engels?

Ik begrijp het niet.

tasjekkur ederiem  
 bier sjej deRiel  
 Ben hallandalejem  
 ieng^ieliezdje konoesjmasene  
 bieliejor moesoenoez?  
 siezi anlamejoroem

### 3 MILITAIRE ASPECTEN

#### 3.1 OPTREDENDE GROEPERINGS

##### **Turks-Cyprioten**

###### Algemeen

De Turks-Cyprioten hebben een klein leger, aangeduid als TCSF (Turkish Cypriot Security Forces). Deze troepen bestaan voor het merendeel uit dienstplichtigen. Daarnaast is er een reservecomponent. De Veiligheidstroepen staan onder bevel van het op Noord-Cyprus gestationeerde 11e Turkse Legerkorps.

###### Organisatie

De Veiligheidstroepen zijn georganiseerd in 6 regimenten lichte infanterie. Daarvan zijn 4.500 man actief dienend en 12.000 man reserve.

###### Materieel

De TCSF beschikt over lichte infanteriewapens en is gemotoriseerd. Het zwaarste wapen waar ze over beschikt, is de mortier 120 mm.

##### **Turken**

###### Algemeen

Na de invasie in 1974 bleven de Turken achter in Noord-Cyprus. Deze troepen maken deel uit van het reguliere Turkse leger. De Turkse legerleiding geeft prioriteit aan de op Cyprus gestationeerde troepen.

###### Organisatie

Het Turkse leger op Cyprus is georganiseerd in een Legerkorps. De sterkte bedraagt 30.500 man.

Materieel

De kern van het materieel wordt gevormd door de tank M48 en het gepantserd personeelsvoertuig M113. Dit is ouderwets materieel. Bij de modificatie M48A5 is echter een helderheidsversterker, warmtebeeld- en laserafstandmeter aangebracht. Dit betekent een aanzienlijke gevechtswaardeverbetering.

**Grieks-Cyprioten**  
Algemeen

De Grieks Cypriotische Republiek heeft een eigen leger, de Nationale Garde. De commandant en het merendeel van de hoofdofficieren zijn Grieken. De Nationale Garde bestaat uit beroeps- en dienstplichtig personeel. Naast de Nationale Garde zijn er Territoriale Troepen. Deze troepen bestaan voornamelijk uit reservisten.

Organisatie

De Nationale Garde is georganiseerd in een legerkorps. Het geheel bestaat uit 12.000 man actief dienend personeel. Het kan beschikken over 88.000 reservisten. Tot 34 jaar worden de reservisten opgeroepen bij de Nationale Garde, daarna bij de Territoriale Troepen.

Materieel

Bij de Nationale Garde is een modernisering van materieel zichtbaar. De BMP 3 en de T80 zijn kort geleden ingestroomd. De politiek gevoelige levering van de SA-10 maakt ook deel uit van deze modernisering.

**Grieken**  
Algemeen

De AMX-30 is relatief modern, het materieel van Braziliaanse makelij (de Cascavel en Jararaca) is ouderwets.

De Grieken zijn niet alleen vertegenwoordigd in de gelederen van de Grieks-Cypriotische Nationale Garde, ze zijn ook met een eigen eenheid op Cyprus aanwezig. Dit contingent staat bekend onder de naam Eldyk. Het maakt deel uit van het reguliere Griekse leger.

Organisatie

Eldyk is georganiseerd in een brigade, met twee pantserinfanterie bataljons en een tankbataljon.

Materieel

Eldyk is uitgerust met de tank M 48 en het gepantserde personeelsvoertuig Leonidas.

### 3.2 INVLOED WEER EN TERREIN OP DE OMGEVING

**Weer**

In het gebied heerst een mediterraan klimaat met droge warme zomers en vochtige zachte winters. De temperatuur-gemiddelden zijn in januari 11°C en in juli 28°C, de maximumtemperatuur komt boven de 40°C. De neerslag valt gewoonlijk van eind oktober tot eind april. Zij bedraagt in de vlakte van Mesaoria per jaar gemiddeld 350 mm. Aan de kusten valt gemiddeld 400 mm tot 500 mm. Tegen de westkant van de gebergten valt 500 tot 700 mm regen. In de zomer drogen vrijwel alle rivieren uit, maar vele bronnen blijven vloeien. In de zeer droge vlakte van Mesaoria is irri-

gatie noodzakelijk. In de vlakten vriest het bijna nooit. Op hoge bergen blijft de sneeuw maandenlang liggen.

### Terrein

#### Algemeen

Het eiland Cyprus ligt in het oostelijke gedeelte van de Middellandse Zee: 65 km ten zuiden van Turkije en 105 km ten westen van Syrië. Het eiland is 225 km lang en 95 km breed. Het gebied kan op basis van reliëf onderverdeeld worden in drie subgebieden:

- het Kyrenia-gebergte, het noordoostelijk gedeelte van het eiland
- het Troodos-gebergte, het zuidwestelijk gedeelte van het eiland
- de Mesaoria-vlakte, de scheiding tussen de twee gebergten.

Het Kyrenia-gebergte is een berggordel met een gemiddelde hoogte van 600 m. Het gebergte loopt langs de noordelijke kust van oost naar west.

Het Troodos-gebergte beslaat de helft van het eiland. De berg Olympus heeft een hoogte van 1950 m en is het hoogste punt van het eiland. Van het totale gebied is 41 % in gebruik voor landbouwdoeleinden, 18% is bos, 10% is weiland en 25% bestaat uit overig.

De Mesaoria-vlakte vormt de scheiding tussen het Troodos- en het Kyrenia-gebergte. Hierdoor heeft de vlakte een glooiend karakter. De hoogte in dit gebied loopt uiteen van gemiddeld 53 m in het uiterste zuidwesten tot 180 m rond Nicosia, waarna de hoogte in noordwestelijke richting afneemt tot gemiddeld 60 m. De hellingspercentages in het gebied zijn over het algemeen laag, minder dan 5%.

### Flora

Het Troodos- en Kyrenia-gebergte zijn voornamelijk bebost met pijnbomen en cipressen (naaldbomen). Waar onvoldoende regen valt, worden de rotshellingen bedekt met ondoordringbaar kreupelhout.

In de Mesaoria-vlakte bestaat de vegetatie hoofdzakelijk uit veldgewassen, wijngaarden en citrusbomen. Vegetatie in de vorm van bossen is alleen te vinden in het noordwesten van de vlakte ten noorden van de plaats Morphou. Dit zijn naaldbossen.

Citrusboomgaarden bevinden zich voornamelijk ten zuiden en oosten van Morphou. In het overig gedeelte van de vlakte bestaat het landgebruik voor het grootste deel uit akkers en wijngaarden. De meeste verbouwde gewassen zijn graan, gerst en groenten.

### Fauna

De op Cyprus voorkomende zoogdieren zijn de moeflon, geit, vos, haas, egel en verschillende soorten vleermuizen. In de bergrivieren en stuwmeren zijn vissen uitgezet en komen zoetwaterkrabben voor. Op Cyprus zijn ook slangen: de levantadder, de malpolon en de katslang.

De levantadder wordt door de Cyprioten kufi of saittaros genoemd. Het is de enige slang met giftanden en een beet kan dodelijk zijn. Maar de levantadder valt alleen aan, als ze in het nauw gedreven wordt. De levantadder is uiterlijk te herkennen aan een brede kop, een dik lijf en een valse tekening op het lijf.

Hoewel de malpolon en de katslang geen giftanden hebben, zijn ze wel giftig, maar niet dodelijk. De malpolon is te herkennen aan een smalle kop en een lang grijs lijf. De katslang heeft een vlekkenpatroon dat lijkt op dat van een luipaard, op een bleke khaki/camouflage kleurige achtergrond.



## 3.2 INVLOED WEER EN TERREIN OP PERSONEEL EN MATERIEEL

### Personeel

De temperatuur in combinatie met de relatieve luchtvochtigheid heeft invloed op het behaaglijkheidsgevoel. Door een lage relatieve vochtigheid worden hoge temperaturen minder snel als drukkend ervaren. 's Ochtends is het dan zwoel, midden op de dag wordt het droog en heet (behalve tijdens de wintermaanden). Warmteletsel en uitdroging treden op wanneer je geen rekening houdt met de hoge temperaturen. Een goede waterdiscipline is daarom heel belangrijk.

Bescherming tegen direct zonlicht is noodzakelijk. Het dragen van loszittende, volledige kleding biedt een oplossing.

### Materieel

Door de droogte en de hoge temperaturen in de zomer slijt het materieel sneller en zijn veel reserveonderdelen nodig, vooral accu's, filters, banden en pakkingen.

### Wapens

Wapens moet je onder hete en stoffige omstandigheden vaker schoonmaken.

### Munitie

Munitie staat bij voorkeur in de schaduw. Het kan statisch geladen worden door de vrij droge lucht. De munitieplaatsen moeten daarom geaard zijn.

### Voertuigen en aggregaten

De bandenspanning van voertuigen kan sterk oplopen, wanneer de auto's geparkeerd staan in de volle zon. Een ont-ploffing is niet uit te sluiten als de banden 's nachts te hard zijn opgepompt.

Brandstof in voertuigen zet overdag uit door de hitte. Hierdoor kunnen tot de nok toe gevulde systemen overlopen.

Aggregaten kunnen overdag oververhit raken, wanneer ze in de volle zon staan en hun warmte niet kwijt kunnen.

Controle van koelvloeistofsystemen van de voertuigen moet minimaal twee keer per dag gebeuren (de koelvloeistof verdampt met warm weer namelijk sneller).

De druk in gesloten vloeistofsystemen neemt ook toe door de hitte. Houdt dit in de gaten wanneer je deze controleert of ontluft.

Door de hitte treden sneller lekkages op waardoor de bedrijfszekerheid afneemt.

Voertuigen moeten voorzien zijn van olie met een aan de temperaturen aangepaste viscositeit.

Brandblussers bij de aggregaten zet je bij voorkeur in de schaduw. Daardoor loopt de druk minder snel (te) hoog op.

### Accu's en batterijen

Accu's werken onder extreme hitte minder goed: de spanning en capaciteit lopen terug. Een tweemaal daagse controle is raadzaam. Accu's kunnen het beste vol zijn, maar niet overvol. Houdt de luchtgaten schoon, anders kan de damp de accu doen exploderen. Zet de spanningsregelaars zo laag mogelijk. Het gebruik van lokaal gewonnen water voor de accu kan kalkaanslag geven, wat afbreuk doet aan de spanning en capaciteit van de accu's. Dit voorkom je door het water eerst te koken.

Bij voorkeur gebruik je droge celbatterijen.

### **Elektronisch materieel**

LCD schermen kunnen bij meer dan 45 °C onleesbaar worden.

Processors van computers (vooral die met interne koeling) kunnen oververhit raken. De werktemperatuur van bijvoorbeeld de Toshiba laptops met Intel processor ligt tussen de 5 °C en 35 °C.

Zand en stof tasten computers en floppy's aan.

Door de zeer droge lucht ontstaat er een statische lading. Dat kan schadelijk zijn voor elektronisch materieel.

### **Diversen**

Brandstofopslagplaatsen staan zoveel mogelijk in de schaduw, of afgedekt. Maar de afdekking mag niet in contact komen met de brandstofcans.

Door de hitte zet brandstof in jerrycans uit. Vul een jerrycan dus niet tot de rand toe vol.

Flessen met gassen en vloeistoffen staan zoveel mogelijk in de schaduw.

Wateropslagplaatsen staan ook zoveel mogelijk in de schaduw. Bij warmer water neemt de kans op ziektes of infecties namelijk toe. Water dat in (zwarte) jerrycans zit, warmt zeer snel op.

Het ingraven van goederen moet vrij diep. De grond warmt in de zomer op tot zo'n 60 graden Celsius. Daardoor is het 5 centimeter onder het maaiveld nog altijd 45 graden Celsius.

Tijdens opslag en transport van vers voedsel is meer koelcapaciteit nodig.

Zeer felle en intense zonnestraling tast plastics en chemicaliën aan.

## 4 MILITAIRE VEILIGHEID

### 4.1 INLEIDING

Militaire veiligheid is het totaalpakket aan maatregelen op het gebied van beveiliging van gegevens, materieel en personeel.

### 4.2 BEVEILIGEN VAN GEGEVENS

Bedenk dat bijna alle gegevens en al het materieel waar je mee werkt, interessant kunnen zijn voor één of meer partijen. Let daarom op de volgende punten:

1. Bespreek geen plannen, acties en tactieken in het bijzijn van andere personen en laat je niet uithoren;
2. Laat geen documenten of andere gegevensdragers onbeheerd achter (bijvoorbeeld floppy's, notitieboekjes of stafkaarten voorzien van aanwijzingen);
3. Maak consequent gebruik van de juiste opbergmiddelen;
4. Niet beveiligd telefoon- en radioverkeer (ook GSM!) kan altijd afgeluisterd worden;
5. Neem bij verplaatsingen alleen strikt noodzakelijke informatie mee;
6. Bedenk dat ook ongerubriceerde of ongemerkte informatie (bijvoorbeeld verlof- of beladingslijsten) niet openbaar is;
7. Lokale tolken en arbeidskrachten zijn vaak niet onpartijdig. Het kan zijn dat zij contacten onderhouden met lokale inlichtingendiensten.

### 4.3 BEVEILIGEN VAN MATERIEEL

Pas op voor diefstal.

1. Laat je uitrusting nooit rondslingeren, want het kan zijn dat die uitrusting door de partijen gebruikt wordt en dat schaadt weer de neutraliteit van de missie;
2. Ga heel zorgvuldig om met je wapen, want je wapen is voor jouw eigen zelfverdediging. Daardoor ben je er zelf verantwoordelijk voor;
3. Beheert en onderhoudt je eigen verbindingsmiddel goed, dit kan jouw levenslijn zijn;
4. Maak gebruik van de toegewezen opbergmiddelen;
5. Let in het bijzonder op kostbaar, politiek gevoelig en/of moeilijk vervangbaar materieel, zoals wapens, verbindingsmiddelen, computers, laptops en HV-kijkers.

### 4.4 EIGEN GEDRAG EN VEILIGHEID

Je bent een Nederlandse VN-militair tijdens je optreden in Cyprus. Van de Nederlandse militair wordt veel verwacht: hij/zij staat in het algemeen goed aangeschreven en spreekt dikwijls verscheidene talen. Probeer dit imago in stand te houden. Bedenk dat jouw optreden altijd kritisch bekeken wordt. Bedenk ook dat onder spanning de normen en waarden van anderen kunnen vervagen. Jouw gedrag, optreden en zelfdiscipline hebben direct invloed op de veiligheid van de vredesoperatie. Zorg dus altijd dat je weet wat je wel en niet moet of mag doen. Hieronder volgen enkele richtlijnen:

### Wel doen:

1. Wees onpartijdig en tactisch, gebruik je gezond verstand;
2. Vermijdt macho-gedrag. Dit roept onnodig agressiviteit op;
3. Wees waakzaam, onderzoekend en oplettend;
4. Wees beschaafd en goedgemanierd tegenover andere militairen. Ook tegenover andere, soms vijandig optredende personen;
5. Probeer lokale gewoontes te leren kennen en houdt er rekening mee;
6. Houdt je aan lokale wetten;
7. Ken de Vuuropeningsorders van Unficyp, draag de instructiekaart met deze orders altijd bij je;
8. Rijdt uiterst voorzichtig. Denk eraan dat kinderen ongezien in of op voertuigen klimmen en er af kunnen vallen met ongelukken als gevolg. Wees erop voorbereid dat bij een ongeval de bevolking zeer emotioneel en agressief kan optreden. Zorg ervoor dat bij een verkeersongeval de chauffeur zo snel mogelijk in veiligheid wordt gebracht.
9. Wees altijd en overal alert op de mogelijke aanwezigheid van mijnen en booby-traps, met name binnen de bufferzone en vlak daarbuiten. Verplaats je alleen over verkennde, gebaande wegen of paden. Pas op voor bermen langs heuvels; er zijn gevallen bekend waarbij mijnen na hevige regenval van de heuvels naar beneden gespoeld zijn. Blijf uit de buurt van munitie, mijnen en springstoffen, voor zover deze niet van jouw eigen eenheid zijn;

10. Groet altijd militairen die hoger in rang zijn. In Nederland is de groetplicht afgeschaft, maar in de meeste landen niet; er wordt serieus op gelet;
11. Vermijdt persoonlijke relaties met de lokale bevolking. Vrouwen en mannen zullen tot veel bereid zijn in ruil voor tegenprestaties. Doe daar niet aan mee;
12. Cyprus is een toeristisch eiland. Je zult dan ook regelmatig in contact komen met toeristen. Let ook tegenover hen op je houding, gedrag en op je woorden!

**Niet doen:**

1. Neem nooit brieven, pakketten of geld mee van en voor de lokale bevolking en toeristen;
2. Knoop geen relaties aan met lokale bevolking en toeristen;
3. Wissel geen adressen of foto's uit, laat je ook niet fotograferen met lokale partijen; dit kan uitgelegd worden als partijdigheid. Laat je ook niet fotograferen als object in een groep toeristen;
4. Bemoei je nooit met het optreden van lokale strijdkrachten of autoriteiten, tenzij uit hoofde van jouw dienst. In hun optreden kunnen andere normen worden gehanteerd dan jij gewend bent;
5. Maak geen foto's van :
  - lokale strijdkrachten,
  - oorlogsschade,
  - andermans ellende,
  - militaire objecten,
  - moslimvrouwen.

Overtuig jezelf ervan dat fotograferen in overige situaties geen problemen oplevert;

6. Meng je niet in politieke of religieuze discussies; het zijn moeilijke en gevoelige onderwerpen die jouw onpartijdigheid kunnen aantasten;
7. Doe geen zaken met lokale strijdkrachten en toeristen, anders dan uit hoofde van je functie;
8. Vergaar geen oorlogssouvenirs. Gevonden voorwerpen kunnen geboobytrapped zijn. Aangeboden wapens (of andere oorlogsbuit) zijn vaak illegaal;
9. Gebruik geen drugs en bemoei je al helemaal niet met drugshandel;
10. Ga niet op eigen houtje humanitaire activiteiten ontplooiën (EHBO-uitrusting weggeven, gezinnen adopteren). Dit wordt snel als partijdigheid uitgelegd;
11. Toon niet jouw relatieve rijkdom aan de plaatselijke bevolking. Ga bijvoorbeeld niet in hun gezichtsveld een uitgebreide barbecue houden;
12. Ga nooit een leegstaand huis gewoon uit nieuwsgierigheid in; het kan geboobytrapped zijn. Dit geldt met name in en in de directe omgeving van de bufferzone.
13. Je kunt op Cyprus getuige zijn van georganiseerde misdaad. Bemoei je hier nooit mee, maar maak er wel melding van.

## 4.5 MELDEN VAN INCIDENTEN

Ondanks alle voorzorgsmaatregelen kan het natuurlijk toch voorkomen dat je in een situatie terecht komt, die leidt tot een veiligheidsincident. Meldt zo snel mogelijk het voorval aan je commandant, zodat de gevolgen zoveel mogelijk kunnen worden beperkt. Zowel jouw eigen veiligheid als die van je collega's en het slagen van de missie zullen in belangrijke mate afhangen van het naleven van de regels en het tijdig melden van incidenten.

4.6

## 5 DRILLS EN GEDRAGINGEN

### 5.1 WIJ ZIJN VREDESTROEPEN VAN DE VN

De Organisatie van de Verenigde Naties belichaamt de hoop op vrede van alle mensen ter wereld. Het Handvest van de Verenigde Naties vereist derhalve dat al het personeel de hoogste gedrags- en integriteitsnormen handhaaft.

Wij houden ons aan de Richtlijnen voor Internationaal Humanitair Oorlogsrecht voor Strijdkrachten die Vredeshandhavende Operaties Ondernemen voor de Verenigde Naties en aan de relevante delen van de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens als basis voor onze normen.

Wij, als vredestroepen, vertegenwoordigen de Verenigde Naties en zijn in dit land aanwezig om het te helpen zich te herstellen van het trauma van een conflict. We moeten daarom bewust bereid zijn om specifieke beperkingen in ons openbare en privé-leven te aanvaarden om ons werk te doen en de idealen van de Verenigde Naties na te streven.

Er zullen ons bepaalde voorrechten en immuniteiten worden verleend krachtens overeenkomsten tussen de Verenigde Naties en het gastland die slechts bedoeld zijn om ons in staat te stellen de vrede te handhaven. De verwachtingen van de wereldgemeenschap en de plaatselijke bevolking zullen hoog gespannen zijn en onze daden, uittalingen en ons gedrag zullen nauwkeurig worden gevolgd.

#### **Wij zullen altijd:**

- Ons op een professionele en gedisciplineerde wijze gedragen;
- Ons wijden aan het realiseren van de doelstellingen van de Verenigde Naties;

5.1

- Het mandaat en de missie begrijpen en hun bepalingen naleven;
- Het milieu van het gastland eerbiedigen;
- Plaatselijke gewoonten en praktijken eerbiedigen door bewustwording van en respect voor de cultuur, godsdienst, tradities en seksegebonden aangelegenheden;
- De inwoners van het gastland met eerbied, beleefdheid en achting behandelen;
- Onpartijdig, integer en tactvol handelen;
- De zieken en zwakken steunen en helpen;
- Onze VN-meerderen gehoorzamen en de bevelsketen eerbiedigen;
- Alle andere leden van de vredeshandhavende missie eerbiedigen ongeacht hun status, rang, etnische of nationale afkomst, ras, geslacht of geloofsovertuiging;
- Correct gedrag onder de leden van de vredeshandhavende troepen steunen en bevorderen;
- Net gekleed gaan en ons behoorlijk gedragen;
- Ons verantwoorden voor alle gelden en eigendommen die ons zijn toegewezen als leden van de missie; en
- Zorg dragen voor al het VN-materieel dat aan onze verantwoordelijkheid is toevertrouwd.

**Wij zullen nooit:**

- De Verenigde Naties of onze eigen naties in discrediet brengen door ongepast persoonlijk gedrag, het verzuimen van onze plicht of misbruik van onze positie als vreedstroepen;
- De missie in gevaar brengen door ons handelen;
- Overmatig alcohol gebruiken, drugs gebruiken en/of handel drijven in drugs;
- Onbevoegd mededelingen doen aan externe instanties, inbegrepen persverklaringen;
- Informatie verkregen door onze tewerkstelling oneigenlijk bekend maken of gebruiken;

- Onnodig geweld gebruiken of iemand die in hechtenis wordt gehouden, bedreigen;
- Handelingen uitvoeren die zouden kunnen leiden tot lichamelijk(e), sexue(e)l(e) of psychologisch(e) schade aan of leed van de plaatselijke bevolking, vooral vrouwen en kinderen;
- Sexuele relaties aangaan die afbreuk zouden kunnen doen aan onze onpartijdigheid of aan het welzijn van anderen;
- Beledigend of onhoffelijk zijn tegenover het publiek;
- Eigendommen of materieel van de Verenigde Naties opzettelijk beschadigen of misbruiken;
- Oneigenlijk of ongeoorloofd gebruik maken van voertuigen;
- Verboden souvenirs verzamelen;
- Deelnemen aan illegale activiteiten, corruptie- of onbehoorlijke praktijken;
- Pogen om onze positie aan te wenden voor persoonlijk gewin, oneigenlijke vergoedingen aanvragen of vergoedingen accepteren waar wij geen recht op hebben.

Wij beseffen ons dat nalatigheid om binnen deze richtlijnen te handelen:

- Afbreuk kan doen aan het vertrouwen in de Verenigde Naties;
- Hetgeen door de missie is bereikt in gevaar kan brengen;
- Onze status en veiligheid als vreedstroepen in gevaar kan brengen.

*Bron: United Nations Department of Peacekeeping Operations/Training Unit*

## 5.2 PERSOONLIJKE GEDRAGSCODE VOOR BLAUWHELMEN IN TIEN PUNTEN

1. Kleed u, denk, praat, handel en gedraag u op een manier die past bij de waardigheid van een gedisciplineerde, zorgzame, attente, ontwikkelde, gerespecteerde en vertrouwde soldaat en leg hierbij de hoogste mate van integriteit en onpartijdigheid aan de dag. Wees trots op uw positie als lid van de vredestroepen en maak geen misbruik van uw gezag.
2. Eerbiedig de wetten van het gastland, alsmede zijn cultuur, tradities, gewoonten en praktijken.
3. Behandel de inwoners van het gastland met eerbied, beleefdheid en achting. U bent er als gast om hen te helpen en als u dit doet zult u met bewondering worden onthaald. Ding niet naar materiële beloning, eer of giften en neem deze niet aan.
4. Geef niet toe aan immorele handelingen van sexueel, lichamelijk of geestelijk misbruik of exploitatie van de plaatselijke bevolking of leden van de Verenigde Naties, in het bijzonder van vrouwen en kinderen.
5. Eerbiedig en houd rekening met de mensenrechten van allen. Steun en help de zieken en zwakken. Handel niet uit wraakzucht of kwade bedoelingen, in het bijzonder in de omgang met gevangenen, gedetineerden of mensen door u in hechtenis gehouden.
6. *Zorg goed voor en verantwoord alle gelden, voertuigen, materieel en eigendommen van de Verenigde Naties die aan u zijn toegewezen en betrek ze niet bij (ruil)handel om persoonlijk gewin na te streven.*

7. Toon als militair beleefdheid en maak alle leden van de missie complimenten als daartoe aanleiding is, inbegrepen andere contingents van de Verenigde Naties, onafhankelijk van hun geloofsovertuiging, geslacht, rang of afkomst.
8. Toon eerbied voor en bevorder het milieu, inbegrepen de flora en fauna, van het gastland.
9. Laat u niet in met overmatige alcoholconsumptie, of handel in drugs.
10. Betracht uiterste discretie bij het behandelen van vertrouwelijke informatie en dienstaangelegenheden die levens in gevaar kunnen brengen of het imago van de Verenigde Naties kunnen bezoedelen.



### 5.3 GEDRAGSCODE KONINKLIJKE LANDMACHT

Ik lever als militair of als burgermedewerker een belangrijke bijdrage aan de verdediging van ons land en aan vrede en veiligheid in de wereld. Ik houd mij daarbij aan de volgende gedragscode.

1. Ik probeer het beste uit mijzelf te halen en ben bereid van mijn fouten te leren.
2. Ik toon in mijn houding en gedrag dat ik er trots op ben bij de KL te werken.
3. Ik heb als lid van een team mijn collega's nodig en zij hebben mij nodig. Daarom voel ik mij mede verantwoordelijk voor hun welzijn en spreek hen zo nodig aan op hun doen en laten.
4. Ik ben verantwoordelijk voor een juist gebruik van het materiaal en de gelden die mij zijn toevertrouwd en van de diensten die mij worden geboden.
5. Ik denk bij al mijn handelen aan de veiligheid van mijzelf en van mijn omgeving. Daarom ook vermijd ik drugs en matig ik mij in het gebruik van alcohol.
6. Ik eerbiedig de mensenrechten en houd mij aan de regels van het oorlogsrecht. Ik behandel alle mensen gelijkwaardig en met respect en verleen als het kan hulp aan medemensen die in nood verkeren.
7. Ik voer de taken die mij zijn opgedragen professioneel uit, ook onder moeilijke omstandigheden en zelfs bij gevaar voor eigen leven.

8. Ik misbruik de macht die mij kan worden gegeven nooit. In opdracht zal ik geweld gebruiken, maar niet meer dan nodig is om mijn taak te volbrengen. Iedereen, zeker mijn tegenstander, kan er echter op rekenen dat ik vastberaden en vasthoudend ben.

### 5.4 GEDRAGSCODE MET TOELICHTING

#### Inleiding

U heeft zojuist de gedragscode KL gelezen. In acht punten is kernachtig aangegeven hoe wij ons als KL-medewerkers behoren te gedragen. Nu denkt u misschien: "die gedragscode, dat weet ik toch allemaal al, dat is toch niets nieuws". Dat klopt. De code is een verwoording van normen en waarden die we in de KL al langer met elkaar delen.

Toch denken we dat het goed is die normen en waarden op te schrijven. Ze verbinden immers juist die elementen waarvan we allemaal vinden dat ze nodig zijn om een organisatie als de KL inhoud te geven. Of u nu gewondenverzorger, monteur, chauffeur of commandant bent en of u nu werkt in Duitsland, Nederland of elders in de wereld, de code geeft houvast, vergroot de saamhorigheid en dwingt u tot nadenken over uw eigen handelen. De code geldt voor burgermedewerkers en militairen, van soldaat tot generaal. Tevens zorgt zo'n code ervoor dat de KL in de samenleving beter herkenbaar en daardoor geloofwaardiger wordt.

Er zijn nog andere redenen om de gedragscode vast te leggen. De overgang van een dienstplicht- naar een vrijwilligersleger, de uitvoering van crisisbeheersingsoperaties en de grote herstructurering van de laatste jaren maken het noodzakelijk dat de KL aangeeft wat zij van haar (toekom-

stige) medewerkers verwacht. De code beschrijft die gewenste houding.

Een deel van die gewenste houding is vastgelegd in bestaande wet- en regelgeving, handboeken en voorschriften. Dit maakt uitvoering afdwingbaar. Een ander deel van de gewenste houding laat zich niet in regels vatten. Voor dit deel is het van belang dat iedere KL-medewerker ervan overtuigd is dat die houding belangrijk voor zijn functioneren is. Immers, uit veiligheids-, hygiëne- of andere overwegingen is het goed te begrijpen dat we ons zo (moeten) gedragen.

Hierna wordt de gedragscode verder toegelicht. Deze toelichting kan de basis vormen voor de discussie die u binnen uw eenheid of team over de gedragscode heeft.

**Ik lever als militair of als burgermedewerker een belangrijke bijdrage aan de verdediging van ons land en aan vrede en veiligheid in de wereld. Ik houd mij daarbij aan de volgende gedragscode.**

De Koninklijke Landmacht vormt samen met de Koninklijke Marine, de Koninklijke Luchtmacht en de Koninklijke Marechaussee de Nederlandse krijgsmacht. De krijgsmacht is één van de zeer weinige organisaties in de samenleving die in bepaalde omstandigheden geweld mag gebruiken. Dit geweld wordt dan gebruikt om de belangen te verdedigen die onze regering vaststelt. Dit is bijvoorbeeld het geval wanneer de interne veiligheid in ons land in gevaar komt of wanneer ons grondgebied of dat van één van onze bondgenoten wordt bedreigd. Maar ook als internationale verdragen of de mensenrechten worden geschonden.

Het is de taak van de krijgsmacht zich op de uitvoering van deze opdrachten voor te bereiden. Dit moet op een

geloofwaardige manier gebeuren. Naast de beschikking over hoogwaardig materiaal is het van groot belang dat iedere KL-medewerker, burger en militair, zich realiseert dat hij door een professionele uitstraling aan deze geloofwaardigheid bijdraagt.

Burgermedewerkers en militairen doen dit ieder vanuit hun eigen verantwoordelijkheid en positie. Daarom zal een burgermedewerker bij het lezen van de code vaak een andere beleving hebben dan zijn militaire collega. In de zinsnede 'ik houd mij daarbij aan de volgende gedragscode' wordt de persoonlijke betrokkenheid van eenieder gevraagd om zich binnen zijn mogelijkheden maximaal in te zetten.

**1. Ik probeer het beste uit mijzelf te halen en ben bereid van mijn fouten te leren.**

Natuurlijk probeert u géén fouten te maken, maar waar gewerkt wordt, worden nu eenmaal fouten gemaakt. Daarom moet u niet bang zijn om fouten te maken, immers, van fouten kunt en wilt u leren. Ook van anderen fouten.

U kent de gevolgen van uw eigen handelen. U staat open voor aan- en opmerkingen van anderen over uw functioneren. U gebruikt die positieve kritiek om uw functioneren te verbeteren. U toont initiatief en pakt aan.

**2. Ik toon in mijn houding en gedrag dat ik er trots op ben bij de KL te werken.**

Het is belangrijk dat de KL taken uitvoert die de samenleving zinvol of noodzakelijk acht. Daarnaast dient de KL in de ogen van de samenleving geloofwaardig te zijn. KL-personeel moet daarom geloof in eigen kunnen uitstralen.

Het beeld dat de samenleving van de KL heeft, is gebaseerd op berichtgeving in de media en op de rechtstreekse contacten tijdens bijvoorbeeld open dagen of in het dagelijkse verkeer, gewoon op straat.

U bent ambassadeur van de KL. Door een positieve uitstraling draagt ook u bij aan een positief beeld. Dit geldt niet alleen voor diegenen die door hun functie vaak in contact komen met de samenleving zoals bewakingspersoneel en voorlichters, maar voor iedereen. Uitstraling bereikt u door er verzorgd en correct bij te lopen en u fatsoenlijk te gedragen. Hiervoor is innerlijke en uiterlijke discipline uitermate belangrijk.

Het uniform verdient bijzondere aandacht. U bent in uniform onmiddellijk als vertegenwoordiger van de KL herkenbaar. Een slordig of onvolledig tenue doet afbreuk aan uw uitstraling.

**3. Ik heb als lid van een team mijn collega's nodig en zij hebben mij nodig. Daarom voel ik mij mede verantwoordelijk voor hun welzijn en spreek hen zo nodig aan op hun doen en laten.**

Werken binnen de KL betekent werken in een team. Alle leden van dit team leveren als vakman en collega een onmisbare bijdrage aan het resultaat. Het team moet er op kunnen vertrouwen dat alle teamleden ook onder moeilijke omstandigheden deze bijdrage blijven leveren.

Om wederzijds vertrouwen tot stand te brengen, is het allereerst belangrijk dat wij elkaar als professional zien. Ook belangstelling en respect tonen voor elkaar, rekening houden met ieders behoefte aan privacy, en eerlijk met elkaar omgaan, dragen hieraan bij. U vermijdt

roddel en achterklap en laat zich niet in met welke vorm van intimidatie dan ook.

Van u, zeker als u leiding geeft, wordt verwacht dat u een voorbeeld bent en dat u oog hebt voor de mens achter uw collega en ondergeschikte. U maakt nooit misbruik van een door rang of functie verkregen machtspositie.

Als lid of leider van een team bent u er verantwoordelijk voor dat ieder lid van het team, dus ook uzelf, zich houdt aan afspraken die binnen het team gemaakt zijn. U spreekt anderen erop aan als zij zich niet aan de gemaakte afspraken houden. Alleen dan ontstaat een teamgeest die als vanzelfsprekend wordt ervaren en die een goede taakuitvoering mogelijk maakt.

**4. Ik ben verantwoordelijk voor een juist gebruik van het materiaal en de gelden die aan mij zijn toevertrouwd en van de diensten die mij worden geboden.**

Voor de uitvoering van uw taak kunt u beschikken over vaak kostbaar materiaal. Gelden kunnen aan u zijn toevertrouwd en u maakt gebruik van door de KL aangeboden diensten. Hiermee worden onder andere faciliteiten op het gebied van vervoer, huisvesting, voeding en ontwikkeling en ontspanning bedoeld. U gebruikt materiaal, gelden en diensten alleen voor het doel waarvoor zij zijn bedoeld en niet voor privé-doeleinden.

De KL beschikt over modern en hoogwaardig materiaal. Dit vraagt onderhoud, en onderhoud kost geld. Als gebruiker kunt u deze kosten direct beïnvloeden. Als u zorgvuldig en zuinig omgaat met het materiaal dat aan u is toevertrouwd en het op de voorgeschreven wijze onderhoudt, betekent dit lagere kosten. Bovendien vergroot u

daarmee de betrouwbaarheid van het materiaal zodat het goed functioneert wanneer u het nodig heeft.

- 5. Ik denk bij al mijn handelen aan de veiligheid van mijzelf en van mijn omgeving. Daarom ook vermijd ik drugs en matig ik mij in het gebruik van alcohol.**

Tijdens de uitvoering van uw dienst dient u de veiligheid in acht te nemen. Of u nu een machine in een werkplaats bedient, een road-block bemant, personeel en materieel moet vervoeren met uw voertuig, een kazerne bewaakt of deelneemt aan een schietoefening, u bent verantwoordelijk voor de veiligheid van uzelf en van uw omgeving. Veiligheid verdient bijzondere aandacht wanneer u met wapens omgaat.

Met name om veiligheidsredenen is de handel in en het bezit en gebruik van drugs hoe dan ook verboden. Ook het gebruik van alcohol tijdens de dienst is om veiligheidsredenen niet toegestaan. Om dezelfde reden dient u ook buiten de diensturen matig te zijn in het gebruik van alcohol.

- 6. Ik eerbiedig de mensenrechten en houd mij aan de regels van het oorlogsrecht. Ik behandel alle mensen gelijkwaardig en met respect, en verleen als het kan hulp aan medemensen die in nood verkeren.**

De KL treedt op in internationale verbanden in alle delen van de wereld. Om uw opdracht naar behoren uit te kunnen voeren, is inzicht in de waarden en normen van andere volken en culturen dan ook onmisbaar.

U maakt geen verschil naar sekse, huidskleur, geloof of geaardheid. U behandelt allen met evenveel respect en voorkomt zo dat u zich schuldig maakt aan discriminatie. U

zult uw eigen gedrag en dat van uw collega's hier doorlopend op moeten toetsen.

U biedt hulp aan medemensen die in nood verkeren binnen en buiten de landsgrenzen, ook onder operationele omstandigheden, wanneer uw eigenlijke opdracht daarmee niet in gevaar komt.

De juiste uitvoering van de oorlogstaak vergt een gedegen kennis van het oorlogsrecht, zodat u inziet wanneer een oorlogshandeling een misdaad wordt. Zo ver laat u het nimmer komen.

- 7. Ik voer de taken die mij zijn opgedragen professioneel uit, ook onder moeilijke omstandigheden en zelfs bij gevaar voor eigen leven.**

Professioneel betekent in eerste instantie dat u uw vak verstaat. U beschikt over de conditie en het doorzettings- en incasseringsvermogen die nodig zijn voor een goede taakuitvoering. Het is uw eigen verantwoordelijkheid al deze zaken op het juiste peil te houden. Er kan immers op elk moment een beroep op u worden gedaan.

Daarnaast betekent professioneel ook dat u zich gedraagt zoals in de overige punten van deze gedragscode is beschreven.

U bent bereid uw taak overal ter wereld uit te voeren. U wordt ervoor opgeleid om onder moeilijke omstandigheden uw werk te doen. Zelfs als uw eigen leven daarbij gevaar loopt, staat u voor uw taak. De aard van uw beroep brengt dat met zich mee.

8. Ik misbruik de macht die mij kan worden gegeven nooit. In opdracht zal ik geweld gebruiken, maar niet meer dan nodig is om mijn taak te volbrengen. Iedereen, zeker mijn tegenstander, kan er echter op rekenen dat ik vastberaden en vasthoudend ben.

U vertegenwoordigt een organisatie die voor de uitvoering van haar taak beschikt over geweldsmiddelen. Daarbij kunt u in situaties terecht komen waarin u geweld moet gebruiken. U handelt in de geest van de situatie en voorkomt misbruik van de macht die u is gegeven. Ook gebruikt u nooit meer geweld dan nodig is om uw taak te volbrengen.

Tijdens het operationele optreden is het, voor een goede en snelle uitvoering, noodzakelijk bevelen van uw meerderen nauwgezet op te volgen. Bij een veranderde situatie wordt van u verwacht dat u handelt in de geest van de commandant. Alleen dit garandeert slagvaardigheid van uw eenheid. Een bevel ontslaat u echter nooit van de plicht om bij de uitvoering van de opdracht schending van de mensenrechten of het oorlogsrecht te voorkomen.

Dit betekent niet dat de uitvoering van de opdracht op de tweede plaats komt. Integendeel; iedereen en zeker uw tegenstander moet erop rekenen dat u gelooft in uw eigen kracht en dat u alle middelen die u ter beschikking staan en uw professionaliteit zult gebruiken om uw opdracht uit te voeren.

## 6 PERSOONLIJKE VERZORGING

### 6.1 HYGIËNE TE VELDE ALGEMEEN

Het optreden van de Koninklijke Landmacht in het kader van vredesondersteunende operaties brengt eenheden van de KL onder omstandigheden waarin een hoge hygiënische standaard niet is gegarandeerd en/of in gebieden waar een klimaat heerst, dat speciale maatregelen vereist om dezelfde arbeidsprestatie te kunnen leveren die we in Nederland zijn gewend. Verder komt het personeel in intensief contact met buitenlandse militaire eenheden die er mogelijk een andere hygiënische standaard op na houden en mogelijk meer en andere infectieziekten bij zich dragen.

De geschiedenis heeft geleerd dat niet-gevechtsverliezen de belangrijkste oorzaak zijn van vermindering van inzetbaarheid. Optreden onder primitieve omstandigheden, zowel tijdens oefeningen, in oorlogstijd als bij out-of-area operaties, kunnen leiden tot een aanmerkelijke afname in gevechtskracht van de individuele soldaat tot en met een afname van de gevechtswaarde van de eenheid als geheel, als gevolg van infectieziekten en/of klimatologische omstandigheden. Een groot gedeelte van deze niet-gevechtsverliezen is te voorkomen door de juiste uitvoering van hygiëne te velde en door preventiemaatregelen. Het is daarom belangrijk dat op elk niveau:

- Het personeel meer bewust wordt gemaakt, door middel van instructie en oefening, van het belang van individuele hygiëne te velde;
- Met dit belang met name het handhaven en herstellen van de gevechtskracht wordt gediend;
- De commandanten beseffen dat zij verantwoordelijk zijn voor:
  - a) het welzijn van de troep;

b) het toezicht op het gebied van de hygiëne te velde

## 6.2 HYGIËNE VAN DE INDIVIDUELE MILITAIR

### Persoonlijke hygiëne

De term persoonlijke hygiëne kan leiden tot het misverstand dat het hier gaat om persoonlijke, dus privé-aangelegenheden van de individuele militair; iets dat hij kan doen of nalaten.

In feite geldt, juist op dit gebied, het tegenovergestelde. Militaire meerderen zijn verplicht hun toezichthoudende taak met betrekking tot het welzijn van de eenheid uit te oefenen; de militaire arts is verplicht hen daarin bij te staan en te adviseren.

Zo zijn de ontsteking aan de vinger van de soldaat-kok of de wormeieren onder zijn nagels niet alleen een persoonlijke aangelegenheid, maar kunnen deze een aanzienlijk gevaar voor de eenheid als geheel vormen.

Persoonlijke hygiëne vormt een belangrijk onderdeel van maatregelen tot het voorkomen en indammen van epidemieën. Ziekten die kunnen voorkomen en zich epidemisch kunnen verspreiden zijn o.a. difterie, besmettelijke leverontsteking, griep, bacteriële hersenvliesontsteking, longontsteking, voedselvergiftiging, kinderverlamming, loopgraafkoorts, dysenterie, tyfus, paratyfus en aandoeningen zoals de ziekte van Bang, de ziekte van Weil, miltvuur, Q-koorts en sexueel overdraagbare aandoeningen.

Deze ziekten zijn niet alleen een gevaar voor de individuele militair, maar ook voor de inzetbaarheid van de gehele eenheid. Het verleden heeft laten zien dat infectieziekten vaak meer slachtoffers veroorzaken dan oorlogsverwondingen.

### Aspecten van persoonlijke hygiëne

De persoonlijke hygiëne omvat:

- gezond leven;
- verzorging en training van het lichaam;
- hygiënische organisatie van de dagelijkse activiteiten;
- indien mogelijk een evenwichtige verdeling tussen de drie fasen van de dag:
  - slaap/rust
  - werk
  - actieve ontspanning;
- het treffen van preventieve maatregelen tegen infectieziekten.

Juist in oorlogstijd zijn slaap en rust gedurende gevechtspauzes, en bij langere onderbrekingen actieve ontspanning zoals sport, een absolute noodzaak voor het handhaven van een optimale conditie en / of gevechtskracht. Een eerste vereiste voor een gezonde levenswijze en het bestand zijn tegen spanningen, is onthouding van, of tenminste vermindering van het gebruik van stimulerende middelen zoals nicotine en alcohol.

### Lichaamsverzorging

Lichaamsverzorging betreft vooral de huid als organische barrière tegen het milieu en de lichaamsopeningen als potentiële overbrengers en verspreiders van besmettelijk materiaal (faeces, sputum (slijm en speeksel), urine).

De functie van de huid als barrière tegen ziektekiemen neemt af, als deze beschadigd raakt door trauma's, verbranding, vergiftiging door chemicaliën of door straling. De beschadigde huid die tevens besmet is, is niet in staat haar beschermende en temperatuurregelende taak uit te voeren.

Verzorging van de huid, haren en nagels is niet alleen nodig om de individuele gezondheid te waarborgen, maar ook om de gemeenschap te beschermen tegen besmettelijke ziekten. De minimale vereisten voor de dagelijkse lichaamsverzorging zijn:

- handen wassen
- wassen van het lichaam
- tanden poetsen
- scheren
- haren bij voorkeur kort knippen.

**Handen wassen met water en zeep voor elke maaltijd en na elk bezoek aan toilet of latrine.**

**Het wassen van het gehele lichaam,**

of een douche, eventueel met koud water, bijvoorbeeld door een improvisatiedouche te gebruiken. In elk geval, zo mogelijk dagelijks wassen. Gebruik liever geen washandjes, omdat ze een bron van ziektekiemen kunnen worden. Na elke wasbeurt wrijf je de huid droog met een handdoek, omdat vochtige delen van de huid gevoelig zijn voor schimmelinfecties.

**Tanden poetsen na elke maaltijd**

En ieder geval voor het slapen gaan, desnoods op geïmproviseerde wijze. Aangetaste tanden leiden namelijk tot ernstige gezondheidsschade (hart, nieren en gewrichten). Tanden poetsen betekent ook bescherming tegen infecties en verval in de mond.

Reiniging gebeurt met een tandenborstel en drinkwater (of gekookt water) door de tanden een aantal minuten te borstelen met een verticale beweging van het tandvlees naar de tanden en kiezen (de z.g. rood-wit techniek). Alle voedselresten moeten grondig worden verwijderd.

Is er geen tandpasta, dan is keukenzout een prima vervanging. Wanneer je geen tandenborstel hebt, kun je je vingers gebruiken. De ruimten tussen de tanden kun je ook, als dat nodig is, schoonmaken met naaigaren. Onder deze omstandigheden moet je na de maaltijd je mond twee minuten lang spoelen met zout drinkwater (2 theelepels per liter).

**NB:** De tandenborstel in verband met besmettingsgevaar niet uitlenen, slechts door een persoon gebruiken.

**Dagelijks scheren**

Elektrisch scheren is in oorlogs- en oefenomstandigheden niet altijd mogelijk. Voor het dagelijkse natscheren kun je warm water en een zeepoplossing gebruiken in plaats van scheercreme. Gebruik je koud water, of scheer je je zelfs met een droog scheermesje, dan kan je huid makkelijk beschadigd raken.

**NB:** Om infectieziekten, zoals serum-hepatitis (leverontsteking) te vermijden, mag het scheermes slechts door een persoon worden gebruikt.

**Haarverzorging**

Lang haar kun je onder veldomstandigheden moeilijk wassen en daardoor vormt het een ideale verzamelplaats voor hoofdluizen. Bovendien bedreigt lang haar de veiligheid van de militair (slecht sluitend gasmasker).

Daarom moet het haar kort zijn om onder alle omstandigheden de nek, slapen, ogen en oren vrij te houden én om het gasmasker veilig te laten aansluiten.

Het haar moet dagelijks worden gekamd en ten minste eenmaal per week gewassen worden met shampoo of zeep.

**Knippen en reinigen van vinger- en teennagels**

Vingernagels moeten extreem kort worden gehouden. Lange teennagels kunnen aanleiding geven tot verwonding van de tenen; vooral bij marsen levert dit problemen op.

Let er vooral op dat het uiteinde van de grote teennagel recht wordt afgeknipt. Rond afgeknipte nagels groeien in; dit kan leiden tot nagelbedontsteking die de marsvaardigheid van de militair ernstig kan verminderen.

**Voetverzorging**

Aan je voeten moet je veel aandacht besteden. Was ze

dagelijks met koud water; drie keer per week met zeep, maar nooit direct voor een mars.

Voor de plooien tussen de tenen moet je zorgvuldig wassen en drogen. Na een mars is het belangrijk de voeten te masseren na het wassen.

Trek elke dag schone sokken aan. Uitsluitend DROGE sokken aantrekken. Natte sokken veroorzaken voetproblemen en helpen mee aan de ontwikkeling van voetschimmel (en in koude omstandigheden heb je kans op een loopgraafvoet).

Bij jeuk tussen de tenen (vooral tussen de 3e en 4e of 4e en 5e teen) moet de onderdeelsarts worden geraadpleegd vanwege de waarschijnlijkheid van voetschimmel.

Bij voetschimmel moeten schoenen en sokken tegen schimmel worden behandeld. Hiervoor los je een anti-schimmelstof op in water bv. een 3,5% formalineoplossing waarin je de sokken wast om herbesmetting te voorkomen. Schimmel in je laarzen bestrijdt je door de gevechtslaarzen te behandelen met lappen gedrenkt in formalineoplossing van 3 tot 4%. Wel enige uren laten inwerken.

### **Preventie van infectieziekten**

Infectieziekten ontstaan door besmetting van een organisme met ziektekiemen. De uitdrukking:

#### **VOORKOMEN IS BETER DAN GENEZEN**

is van groot belang tijdens Cbops.

Infecties kunnen worden overgedragen door contact, o.a. seksueel overdraagbare aandoeningen, via de lucht, o.a. griep/verkoudheid, via ontlasting en urine, o.a. via besmet voedsel en/of water en door bijtende of stekende insecten, o.a. luizen/ teken/ vlooien/ muggen etc.

Van de *contactinfecties* zijn de seksueel overdraagbare aandoeningen, inclusief HIV/AIDS de meest voorkomende op Cyprus. Voor alle SOA's geldt:

**VRIJ NIET OF VRIJ VEILIG.**

Luchtinfecties worden overgedragen via de lucht door niezen, hoesten of spreken. Voorkom grote bevolkingsdichtheden, zorg voor een goede ventilatie, bestrijd stofophoping en gebruik een zakdoek bij het niezen. Met name tijdens de zomermaanden (juni tot september) is het droog en stoffig met een grote kans op overdracht van luchtinfecties.

Infecties via besmet voedsel of water zijn te voorkomen door geen onveilig water te drinken. Drink dus alleen water uit flessen, vermijd ijsklontjes in frisdrank en/of onverpakt consumptie-ijs. Vermijd het gebruik van ongewassen groente en ongekookt voedsel en eet geen overgebleven voedselresten.

Infecties door bijtende of stekende insecten zijn te voorkomen door zo weinig mogelijk huid bloot te stellen en door de verblijfs- en slaapruijnte insectenvrij te houden.

## **6.3 HYGIËNE VAN KLEDING EN UITRUSTING**

### **Algemeen**

De functie van het uniform heeft in de loop van de geschiedenis een belangrijke verandering ondergaan. Vroeger was de primaire functie van een uniform het kunnen herkennen van vriend of vijand. De 'uniformiteit' van het huidige gevechtstenuue heeft voornamelijk een functionele betekenis.

Eisen te stellen aan militaire kleding:

- aangepast aan de eisen van het gevecht;
- bescherming tegen weersinvloeden;
- bestand tegen mechanische en chemische slijtage (extreme temperatuursinvloeden/vlamwerend);
- comfortabel en licht om te dragen.

### **Het reinigen van de kleding**

Vuile kleding vermindert voornoemde eigenschappen of



doet ze teniet. Daarom moet kleding regelmatig grondig worden gereinigd en eventueel worden voorbehandeld. Aan de buitenkant is de kleding blootgesteld aan vocht, stof, vuil en chemische middelen, bacteriën en kleine beestjes. Aan de binnenkant komt de kleding door de huid in aanraking met transpiratie, vet, huidschilfers en bacteriën. Vooral bij nat weer dringt vuil diep door, laten naden op den duur los en wordt de structuur van het weefsel aangetaast. Daarom moet kleding nooit langer dan noodzakelijk worden gedragen.

Kleding reinig je, bv. een binnengevechtspak of een buitengevechtsjas, bij voorkeur bij droog weer, door:

- regelmatig te wassen, of te stomen c.q. te vervangen;
- de los uitgehangen kleding uit te kloppen.

Speciale aandacht moet worden besteed aan het reinigen van zakken en zomen. Dat zijn de plaatsen waar kleine beestjes zich bij voorkeur verbergen.

Vetvlekken worden verwijderd door herhaaldelijk wrijven met bv. toiletpapier of ander absorberend papier; vooral niet met vetoplossende middelen (benzine e.d.).

Bloedvlekken moeten zo snel mogelijk met koud water worden verwijderd. Zo mogelijk de bovenkleding buiten uithangen.

Direct zonlicht heeft een kiemdodend effect op kleding. Ondergoed moet je tenminste 30 minuten wassen in, als dat kan, kokend water (hiervoor kun je het 4e vat van het 3-vaten systeem met een dompelaar gebruiken). Heb je geen waspoeder, gebruik dan zeep. Na het wassen, de kleding naspoelen in schoon water.

Wollen sokken mag je vanwege het krimpen nooit wassen in heet water. Wollen sokken kneden in lauw zeepwater, vervolgens spoelen in schoon water, samenknijpen (niet wringen), ophangen en goed laten drogen.

## De slaapzak

Voordat je in je slaapzak kruipt, moet je eerst je bovenkleding en schoenen uitdoen (meenemen in de slaapzak). Na gebruik, klop je de slaapzak uit en hang je het binnestebuiten op om te drogen. Dit vanwege condensvorming die gedurende de slaap plaatsvindt.

## 6.4 AANPASSEN KLEDING AAN WEER EN KLIMAAT

### Algemeen

Zelfs met de modernste materialen is geen kleding te maken die onder alle klimaats- en weerscondities geschikt is. Een aantal lagen kleding, los over elkaar gedragen, geeft een betere bescherming tegen de kou (dankzij de ertussen zittende isolerende luchtlagen) dan een enkel dik kledingstuk.

Bij strenge vorst meerdere lagen ondergoed aantrekken. In de koudste tijden van het jaar is het vooral belangrijk om droge kleding te dragen. Vochtige materialen geleiden de lichaamswarmte sneller naar de omringende lucht dan droge materialen. Dit werkt onderkoeling en plaatselijke bevriezingen in de hand.

Bij inspanning zoveel kleding uittrekken dat overmatig transpireren wordt voorkomen. Voor natte kleding geldt in het algemeen: drogen zodra mogelijk.

Bij warm weer vochtopnemende luchtige kleding dragen met daaronder ondergoed dat regelmatig wordt verwisseld. Vooral bij een hoge relatieve luchtvochtigheidsgraad is het dragen van luchtige kleding prettiger dan werken met ontbloot bovenlijf.

## 6.5 KLIMAAT OP CYPRUS ALGEMEEN

Voor het verblijf op Cyprus zijn er gezondheidsrisico's, zowel op het gebied van klimaat als op het gebied van infectieziekten. Het klimaat van Cyprus kent warme, droge zomers (april tot september) en koele, natte winters. Gemiddeld is de temperatuur gedurende de zomer 31° Celsius met maxima tot boven 40° Celsius.

## 6.6 PREVENTIEVE MAATREGELEN TEGEN WARMTELETSELS

Temperatuur, vochtigheid, activiteit en kleding zijn de belangrijkste factoren van invloed op onze warmtehuishouding. Voorzorgsmaatregelen komen nu aan de orde.

### Acclimatisering

Enige preventie verkrijg je door ervoor te zorgen dat het lichaam zich aanpast aan de warme omgeving. Voor een wezenlijke acclimatisering is een periode van twee weken nodig bij een geleidelijke opvoering van de mate van blootstelling aan hitte en lichamelijke inspanning.

Maar die aanpassing gaat binnen twee weken weer verloren, als het lichaam niet regelmatig wordt blootgesteld aan hoge temperaturen. Het lichaam past zich immers aan door een veranderde zweetklierwerking en door een efficiëntere bloedcirculatie. In een warme omgeving is de zweetproductie hoger, begint zelfs bij een lagere temperatuur, transpireert het over een groter oppervlak en bevat het zweet minder zout.

### Kleding

Houdt rekening met enerzijds de beschermende eigenschappen van kleding en anderzijds de belastende eigenschappen. Maak een verantwoorde keuze in het voorschrijven van het tenue.

Zorg dat kleding ook aan de hygiënische eisen blijft voldoen.

### Voedingstoestand

Gedurende warmteomstandigheden kan de eetlust afnemen. De energiebehoefte is dan ook minder. Toch is het regelmatig gebruik van lichte maaltijden, bv. soep of hartigheid, van belang voor het op peil houden van het zoutniveau en de voedingstoestand van het lichaam.

### Activiteit

Pas de activiteit aan warmtebelastende omstandigheden aan. Vermijdt activiteiten in de tijden waar piektemperaturen voorkomen (tussen 12.00 en 14.00 uur A-tijd).

### Water

Onmisbaar bij warmtebelastingsomstandigheden is een goede watervoorziening dat gecombineerd is met een juist drinkbeleid. Training op rantsoenering van water is niet zinvol. Afgezien van het feit dat mensen met vochttekort onbetrouwbaar gaan functioneren, wordt de kans op het verkrijgen van een warmteletsel sterk verhoogd.

Bij een hoge warmtebelasting kan de vochtbehoefte oplopen tot twee liter water per uur in de heetste periode van de dag. Bij matige, lichamelijke inspanning en gemiddelde weersomstandigheden zal de waterbehoefte een halve liter per uur bedragen. Het is dan het beste om om de 20 à 30 minuten te drinken.

Dorst is geen goede maat voor de hoeveelheid water die iemand moet drinken om in de vochtbehoefte van het lichaam te voorzien. Belangrijk is daarom een bindend drinkbeleid te hanteren. Kort voor de aanvang van de actie drinkt de persoon verplicht een hoeveelheid water; minimaal 0,3 l.

**NB:** Te lang ervoor drinken geeft urineproductie. Tijdens het uitvoeren van de opdracht worden

daarom regelmatig kleine hoeveelheden gedronken. Na de actie moet het personeel weer veel drinken. Enige indicatie voor de waterbehoefte geeft de volgende tabel:

#### GEMIDDELD WATERGEBRUIK\*)

WERK-BELASTING	Luchttemperatuur lager dan 30°C	Luchttemperatuur hoger dan 30°C
licht werk (bureau)	5 liter/24 uur	6 liter/24 uur
matig zwaar werk (marsen)	7 liter/24 uur	9 liter/24 uur
zwaar werk (graven)	9 liter/24 uur	13 liter/24 uur

\*) Water: bedoeld wordt de totale vochtconsumptie, dus inclusief thee, soep, koffie, frisdrank etc.

Bedenk altijd:

- 1) Zorg voor voldoende drinkwater! Laat personeel eventueel tweede veldfles verstrekken;
- 2) Zorg voor voldoende waterpunten;
- 3) Controleer of iedereen frequent drinkt;
- 4) Controleer of de juiste hoeveelheid gedronken wordt.

#### Zout

Wees voorzichtig met een te hoog gebruik van zout. Te veel zout houdt vocht vast in het lichaam en belemmert de transpiratie. Daarmee wordt de kans op een warmteletsel groter.

Door het transpireren gaat echter ook zout verloren. De beste manier om het lichaam van extra zout te voorzien, is via voeding. Sla daarom geen maaltijden over. Alleen bij geringe voedselopname en zware inspanning wat zout toe-

voegen aan het drinkwater (2 zouttabletten of 1 à 4 theelepels zout per liter). Zouttabletten altijd oplossen in water. Nooit zouttabletten op de tong leggen en met water wegspoelen. Er kunnen dan maagklachten ontstaan.

#### Warmteblootstelling

Probeer door organisatorische maatregelen de blootstelling aan warmte te minimaliseren:

- de hoogste temperaturen komen voor tussen 12.00 en 14.00 uur;
- bij temperaturen boven 30°C en zwaar werk is een aangepast werkrooster aan te bevelen;
- werken in de zon vermijden, maak gebruik van de schaduw;
- Gvt dragen is beter dan werken met ontbloot bovenlijf. Pas kleding aan omstandigheden aan. Door het niet dragen van het hoofddekseel kan veel warmte ontsnappen. Loop echter ook niet langdurig met ontbloot hoofd in de stralende zon daar er dan juist weer vergrote kans is op het ontstaan van warmteletsels.

#### Alcohol

Gebruik van alcohol verhoogt de kans op warmteletsels doordat met urine extra vocht wordt uitgescheiden. Alcoholconsumptie moet bij extreme warmtebelasting dan ook sterk worden afgeraden.