

Verschijnt 3x per jaar

SGKampioen



SPORTSTARS

SPORTHELDEN



SGK. Speciaal voor Sporters.

Nummer

3

December
2021

COLOFON

SGK
Wijndaelerduin 27
2554 BX Den Haag
Tel: 070-3250005

Internet: www.sportbelangsgk.nl

Email adres: Info@sportbelangsgk.nl

IBAN: ING: NL54 INGB 0000 1546 36
Rabobank: NL07RABO 0139 2069 57

Verspreiding: Gratis voor alle leden en relaties van SGK.
Abonnement voor niet leden: 10 euro per jaar

Redactie: Sandra van Koningsbrugge

Fotografie: Valerie Kuypers
Martijn Beekman
Vrijwilligers SGK

Kopij is zeer welkom!

De redactie behoudt zich het recht voor kopij in te korten of niet te plaatsen zonder opgaaf van redenen.
Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd zonder schriftelijke toestemming van SGK.

Uitgave:



DNB GROEP
SOCIALE EN MAATSCHAPPELIJKE PUBLICATIES
receptie@dnbgroep.nl
www.dnbgroep.nl

De uitgever is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties. Niets uit de advertenties mag worden gekopieerd en/of verspreid zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord	2
SGK Agenda	3
SGK Nieuws	4
SportHelden Nieuws	6
SportStars Nieuws	8
SGK Reizen	9
Vrijwilligers, Nieuws en Weetjes	14
Sponsors	14
Algemene SGK Info	15
Wekelijkse activiteiten van SGK in 2021	16

BLIJF BEWEGEN

Na de zomervakantie kwam SGK meteen goed op stoom. De organisatie van de survivaldagen en hdm-SGK sportdag stonden op stapel. Netjes volgens de geldende landelijke regels georganiseerd. Hoe leuk was het om meer dan 700 kinderen weer in beweging te zien. Blijde koppies, plezier en rode wangen van lichamelijke inspanning. Het is zo ontzettend belangrijk om te blijven bewegen, zeker nu corona ons weer meer in de greep heeft en maatregelen nodig zijn. Fit zijn en nog beter voor jezelf zorgen komt ook voor mij dichtbij wanneer mensen uit je directe omgeving flink ziek zijn ondanks vaccinatie. Dus daar waar kan blijf ik ook bewegen. En we bewogen gelukkig nog meer afgelopen periode. Wij voetbalden tegen de gemeente en inderdaad was de gemeente niet tegen ons

beloften-elftal opgewassen. Met boter en suiker ging de gemeente erin. Daarnaast waren er ook een paar reizen. De midweek naar Brabant was een groot succes. Op Terschelling op de fiets ook alleen maar blij gezichten en niet te vergeten het groepje reizigers naar Rhodos. Met alle gezondheidsverklaringen op zak beleefden ze een heerlijke week. En tot slot onze nieuwe activiteit. Op weg naar de SGK wintersportreis worden een paar clinics georganiseerd in de Uithof. Nieuwe gezichten worden daar waargenomen dus wie weet een keer mee met de SGK reis? Zo fijn dat we met zijn allen blijven kijken naar wat wel kan. Voor die enthousiaste sporters die vol overgave meedoen en met volle teugen genieten van een dag of dagen vol beweging en sport. En met zijn allen betekent medewerkers

en de vele vrijwilligers. Ook al kan door corona de vrijwilligersavond niet doorgaan, weet dat we in 2022 nogmaals een poging gaan doen. Jullie verdienen het om in het zonnetje gezet te worden. Heel veel dank en erg fijn dat u allen in deze tijd nog steeds vol overgave uw inzet toont. Blijf gezond! Geniet, al is het in kleine groepjes van de Feestdagen en graag tot snel in het nieuwe jaar.



*Sandra van Koningsbrugge
Directeur*

VAN DE VOORZITTER

Overzicht SGK 2021
Het was een bewogen jaar. Voor zover mogelijk bleef iedereen gezond en actief binnen en buiten SGK. Gelukkig konden we deelnemen aan een afgeslankte SONS. Dat was een groot succes met alleen maar winnaars. Helaas bleef Corona zijn stempel drukken op bewegen en sporten. Als bestuur namen wij afscheid van voorzitter Bas van Nooten. Hij was vele jaren zeer actief voor SGK en nam zelfs tijdelijk de taken van de directeur waar tijdens de voorbereidingen van SONS. Wij bedanken hem ook zeer en hij heeft een grote bijdrage geleverd aan het SGK dat wij nu kennen. Het bestuur gaat sinds april verder onder mijn leiding en meteen was daar de volgende uitdaging. De gemeente wilde op een meer open en transparante wijze de subsidie voor

2022 verdelen. SGK heeft als geheel meteen de handschoen opgepakt en deze uitdaging vol vertrouwen aangenomen. Het is gelukt voor 2022 de subsidies te verkrijgen. Wij dragen volgend jaar bij aan meer toegankelijkheid en willen zoveel mogelijk mensen in beweging brengen. Dat dit is gelukt, is vooral te danken aan de tomeloze inzet van Sandra, de dames van kantoor en alle sportleraren. Dank daarvoor en wij kijken met vertrouwen naar het volgende jaar. Dank verder aan iedereen op kantoor en alle leraren die met niet aflatende energie de taken volbrachten en ideeën aandroegen voor activiteiten en plannen voor dit en volgend jaar. 2022 wordt een ander jaar met hopelijk meer bewegingsvrijheid voor iedereen waarbij wij elkaar meer kunnen zien en ontmoeten op de sport- en bewegingsmomenten. Op dit moment ziet het er met alle

Corona-beperkingen somber uit, maar als SGK zijn wij niet voor een kleintje vervaart en vertrouw ik op de inzet van iedereen om er weer een actief en bewogen jaar van te maken. Geen grote evenementen maar waarschijnlijk wel weer de normale activiteiten waar wij met z'n allen zo naar uitkijken. Ik wens u allen veel gezondheid en spreek de hoop uit dat wij binnenkort weer samen kunnen bewegen en sporten.



*Dirk van Munster van Heuven
Voorzitter*

SGK Agenda

VAKANTIEOVERZICHT 2021 / 2022

Vakantie	Geen sport van	Tot en met	Wel sporten op
Kerstvakantie	25 december 2021	9 januari 2022	
Voorjaarsvakantie	27 februari 2022	6 maart 2022	26 februari
Paasweekend	16 april 2022	18 april 2022	
Meivakantie	24 april 2022	8 mei 2022	23 april
Hemelvaartsdag	26 mei 2022		
2 ^e Pinksterdag	6 juni 2022		
Zomervakantie	9 juli 2022	21 augustus 2022	

Data om alvast in de agenda te noteren!!!

Bowlingproject: 12, 19, 26 maart en 2, 9 april 2022

Tijd: Van 13.00 tot 15.00 uur

Kosten: € 6,50.= per keer

Locatie: Bowling Ockenburgh Active, te bereiken met auto/taxibus via de Machiel Vrijenhoeklaan en na 300 meter linksaf Schapenatjesduin uitrijden.

De uitnodiging zal begin februari gestuurd worden.

Aanmelden verplicht via Bowlen@sportbelangsgk.nl

SGK VAKANTIES

Wintersport Obertilliach Oostenrijk: 28 januari t/m 5 februari 2022

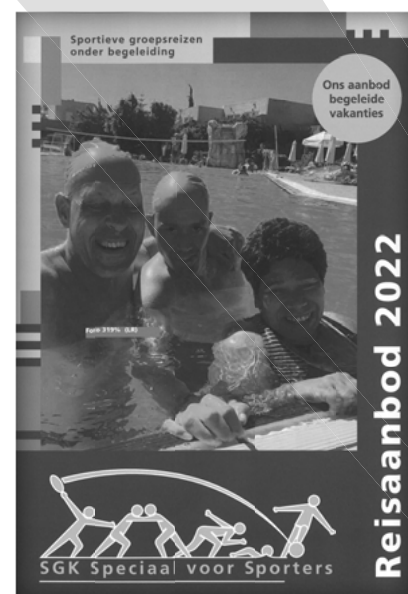
Midweek Schaijk: 25 april t/m 29 april 2022

Voetbalkamp: 7 mei t/m 13 mei 2022

Fietsvakantie Terschelling: 9 september t/m 16 september 2022

Zon-/watersportvakantie: Eind september 2022 (nader te bepalen)

Raadpleeg onze website www.sportbelangsgk.nl voor uitgebreide informatie en/of digitale inschrijving.



SGK Nieuws

SUBSIDIE 2022

Zoals in het voorwoord door de voorzitter beschreven, heeft SGK te horen gekregen dat de beide subsidieaanvragen gehonoreerd gaan worden. Daar zijn we als organisatie uiteraard super blij mee! Ook in 2022 gaan we ons inzetten om nog meer Hagenaars met een beperking in beweging te brengen. Naast de doelgroepen die we inmiddels al bedienen (sporters met een verstandelijke

of lichamelijke beperking, Niet Aangeboren Hersenletsel, met autisme of psychische problemen) gaan we ons ook, indien gewenst, inzetten voor mensen met een visuele of auditieve handicap of andere chronische aandoeningen.

Daarnaast helpen we mee om de stad nog meer toegankelijk te krijgen, sporters zich welkom

te laten voelen, mee te mogen doen met sportevents of handicap en niet handicap samen te laten bewegen. Activiteiten die SGK al jaren organiseert maar nog te weinig onder de aandacht zijn gebracht.

Om bovenstaande te kunnen organiseren wordt de mogelijkheid geboden om iets uit te breiden. Daarover meer in het nieuwe jaar.

KICK-OFF ZUMBA: KOM BEWEGEN OP MUZIEK!

Op zaterdag 15 januari 2022 is iedereen uitgenodigd op een speciale Zumba ochtend in sporthal Loosduinen. Van 10 tot 12 uur organiseert Sportbelang SGK twee inlooplessen als kick-off van deze nieuwe Zumba activiteit.

Sportbelang SGK start in 2022 met Zumba lessen, lekker samen bewegen op de muziek die jij

leuk vindt. Van Nederlandstalige muziek tot Latijns-Amerikaanse invloeden, alles komt langs. Het leuke is, je hoeft helemaal niet te kunnen dansen om mee te doen!

Iedereen kan meedoen met de Zumba lessen, van jong tot oud en ook in een rolstoel kun je gewoon meekomen. De kick-off biedt de kans om te zien of deze nieuwe lessen bij je passen. Vind

je het leuk, geef je dan op voor de vervollessen. Vind je het toch niet leuk, dan heb je in ieder geval een ochtend lekker bewogen op de muziek samen met je sportvrienden.

Natuurlijk houden we rekening met de dan geldende corona maatregelen. Hierover informeren we je via de website van Sportbelang SGK.

VOETBALWEDSTRIJD TEGEN RAADSLEDEN DEN HAAG

Op 20 oktober vond een voetbalwedstrijd tegen een aantal raadsleden van de gemeente Den Haag plaats. Netjes volgens op dat moment geldende overheidsmaatregelen.

SGK sportleraar Jeroen Feijen had de organisatie strak in de hand. Nadat eerst gemoedelijk een onderlinge oefenpartij plaatsvond met G-sporters en raadsleden samen in een team (Play Unfied) op de velden van PGS Vogels, werd daarna een serieuze

wedstrijd gespeeld. Onze nieuwe SGK voorzitter Dirk van Munster van Heuven verrichtte de aftrap. Er werd gestreden om de punten. SGK won uiteindelijk het duel met 3-2. De wisseltrofee namen de G-sporters vol trots mee naar huis.

Dank raadsleden! Mooi om te zien hoe mensen met en zonder handicap een sportieve avond kunnen beleven en de ontmoeting ook na de wedstrijd plaatsvindt. Ook dit draagt bij aan een meer inclusieve samenleving.



SPORTDAG HDM-SGK

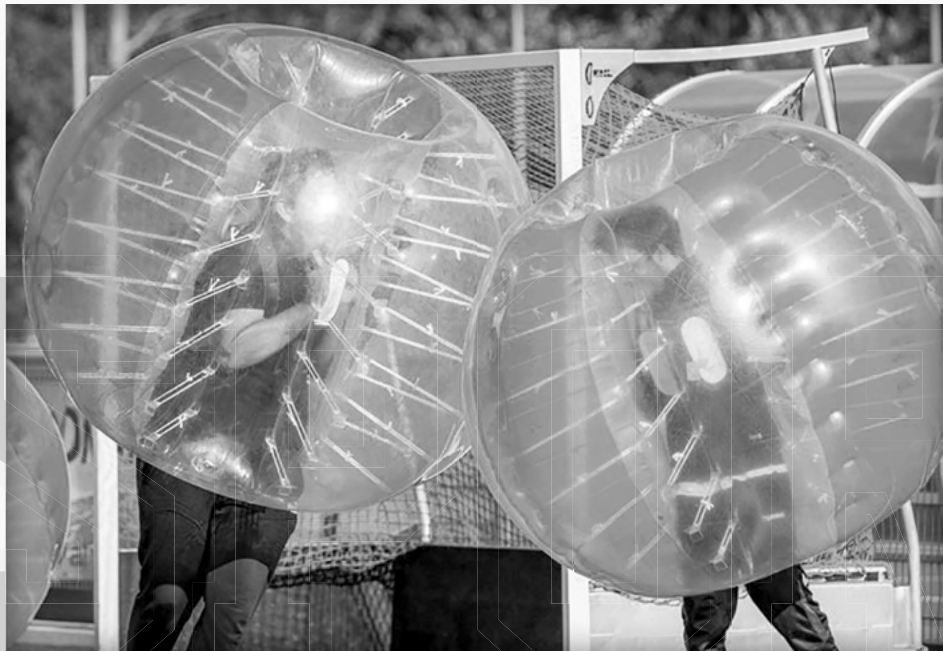
Ruim 400 leerlingen van de ZMLK scholen Inspecteur de Vries, Koetsveld en Bernardusschool betraden de velden bij hockeyvereniging hdm.

De zomervakantie net voorbij en als start van het nieuwe schooljaar met en tegen elkaar een geweldige sportdag beleven. Weer lekker in beweging komen met diverse uitdagende sport-en spelelementen. Voor elk ontwikkelingsniveau wat wils en met op het eind een leuk gevulde tas van Fonds Kind & Handicap die deze sportdag financieel grotendeels mogelijk maakte.



En ook wethouder Hilbert Bredemeijer was van de partij. De uitnodiging om plaats te nemen in een skelter kon niet weerstaan worden. Super leuk.

Een woord van dank aan hdm voor de jaarlijkse prettige samenwerking, leden van Lion's Club Scheveningen voor hun inzet en financiële bijdrage en dit jaar voor het eerst ook studenten van de onlangs opgestarte minor 'Niemand Buitenspel' aan de Haagse Hogeschool.



BOWLEN

De afgelopen maanden hebben heel wat SGK sporters op de zaterdag in het bowlingcentrum gebowld. Wat hebben deze sporters weer héél goed gegoid. Na afloop zie je elke zaterdag de bowlers weer tevreden naar huis gaan. De afgelopen tijd zijn er ook veel Spires (dus in 2 keer alle 10 de pins (kegels) en Strikes (in 1 keer alle pins (kegels) gegoid.



Heb jij ook zin om een keer te komen bowlen? Volgend jaar gaan we in de maanden maart en april 2022 weer van 1 tot 3 uur op zaterdag bowlen. Geef je vooral op zodat SGK voldoende banen kan afhuren. Ik ga je zien volgend jaar!

Ben van Aken



PIETENGYM OP DE KOETSVELDSCHOOL

Rond Sinterklaas vinden de leerlingen van de Koetsveldschool het reuze leuk om in plaats van de wekelijkse judoles deel te mogen nemen aan Pietengym. Als heuse Pieten slingeren en klimmen door de gymzaal. Aan het einde van de les mag dan ook het Pietendiploma in ontvangst worden genomen.



SURVIVALDAGEN

Op donderdag 16 en vrijdag 17 september vonden de jaarlijkse survival dagen plaats voor leerlingen van het Speciaal Basisonderwijs. Er was zoveel animo dat we wel 3 dagen hadden kunnen vullen.

Geweldig dat de scholen deze dagen zo omarmen. Meer dan 300 kinderen hebben genoten van dagen vol uitdaging, grenzen verleggen en samen te werken. Klimmen in een hoge toren, toeren op grote steps, kanoën en

boogschieten maak je ook niet elke dag mee toch?

Aan het einde van de dag gingen de teams moe maar voldaan en voorzien van een prijs huiswaarts.



PLAY UNIFIED TENNIS OP HOUTRUST

Jaarlijks vindt op tennisvereniging Neverout Houtrust een play unified tennistoernooi plaats. Sporters met en zonder handicap spelen samen diverse tenniswedstrijden gemengd dubbel.

Ontmoeting en gezelligheid staat centraal. Zo ook dit jaar. Met de corona maatregelen in acht nemend werd het weer een gezellige dag. SGK streeft er in 2022 naar dat meer play unified

sportontmoetingen in diverse takken van sport gaan plaatsvinden. Laten we de contacten die tijdens de Special Olympics Den Haag 2021 gelegd zijn vooral benutten.

SGK REIZEN

REISVERSLAG RHODOS

Hoewel onze jaarlijkse vakantie bekend staat als de enige echte 'buitenlandse reis' van de SGK, was het vorig jaar verstandiger om in eigen land te blijven. Extra blij waren we dan ook toen we hoorden dat we dit jaar weer lekker wél het vliegtuig in mochten! In eerste instantie zouden we richting de Turkse kust vertrekken, maar toen dat last minute werd geannuleerd, werd het Griekse eiland Rhodos onze final destination! En oh, wat hebben we het weer heerlijk gehad!

Na een rustige vlucht en een nóg rustigere (iedereen sliep) transfer kwam we aan op het resort. Direct waren we onder de indruk van alles wat we om ons heen zagen: de hal van het complex leek wel een balzaal en, hoewel het buiten al donker was, hadden we het allerliefst gelijk in één van de zwembaden gedoken (om nog maar niet te beginnen over het bijbehorende waterpark). Onze twee hotelkamers waren zo ingedeeld dat we de mannen en de vrouwen perfect konden verdelen en de volgende dag kwamen we er al heel snel achter dat we niets tekort zouden komen bij het lopend buffet. Vis, vlees, vegetarisch, pasta, aardappels, patatjes, groenten, fruit en nog zoveel meer... Genieten!

Natuurlijk zijn we gedurende de 10 dagen ook van het resort af geweest. Zo zijn we met de bus naar Rhodos stad gereden om

lekker te winkelen en wat cultuur te snuiven én zijn we een dagje op de boot gestapt. De boot bracht ons naar een heel mooi eiland vol met lieve ezeltjes en ook hebben we tussendoor in de open zee mogen zwemmen. Alsof dat nog niet genoeg 'zee' was, zijn er ook later ook nog een aantal wezen parasailen. Een ervaring om niet snel meer te vergeten! Gedurende de avonden hebben we ons ook geen seconde hoeven te vervelen: het resort organiseerde gezellige thema- en feestavonden en op loopafstand lag de gezellige boulevard waar we o.a. hebben gewinkeld, gebowld en ook cocktails hebben gedronken! Een van de laatste avonden werden we door de manager van het resort

uitgenodigd om te komen eten in het super deluxe restaurant dat zich ook op het complex bevond en zo zijn we één avondje in onze meest nette kleding op pad gegaan om te genieten van een indrukwekkend en verrukkelijk vier-gangenmenu! Omdat een traditie er is om in ere te houden, hebben we de vakantie afgesloten met een gezellige fotoshoot en om er écht 100 zeker van te zijn dat ze helemaal zen en uitgerust het vliegtuig in zouden stappen, hebben de vrouwen zich op de laatste dag nog heerlijk laten verwennen met een relaxende massage.

Ogh, stiekem kunnen we nu al niet meer wachten op de buitenlandse reis van volgend jaar!



REISVERSLAG FIETSVAKANTIE TERSCHELLING



Op 10 september 2021 startte onze 21e reis naar Terschelling. Zes nieuwe gezichten, te weten Theo, Henry en Sami als nieuwe deelnemers en Danique, Frits en Léon als nieuwe begeleiding. Koffers werden in de bus gelegd, ouders kregen een knuffel en na enthousiast uitzwaaien ging de reis naar Harlingen beginnen. Eenmaal op de boot zochten we een plekje op het bovendek. Een pittige wind en een beetje regen trotserend.

Na 1 uur en 50 minuten liepen we de haven van Terschelling West binnen.

Aansluitend naar Fietsverhuur Zeelen. Daar werd de groep direct herkend en als beroemdheden onthaald 😊.

Hup op het stalen ros en op naar de herberg StayOkay waar direct aangeschoven kon worden aan het diner.

Na het eten was er nog gelegenheid een rondje te fietsen, te wandelen of gewoon even lekker chillen. Om half elf ging het licht uit om de volgende dag weer fris te starten.

Zaterdag 11 september

Direct na het ontbijt klaar voor de eerste fietstocht.

Na een uurtje fietsen, bij een windstil plekje in de duinen, werd koffiededronken.

Het briljante idee van Jeroen om zijn muziek box aan te doen en er een dansfeest van te maken werd een succes. De lokale konijnen wisten niet wat hun overkwam toen 20 man spontaan begonnen te zingen, dansen en springen.

Zondag 12 september

9.30 Uur weer starten vanaf de herberg. Nu de andere kant op over de dijk en langs de zee.

Geluncht werd er op het strand. Een poging om te frisbeeën mislukte want de wind draaide alle kanten op.

Sommige deelnemers gingen in zee pootje baden de anderen een dutje in de beschutte duinen. Danique was verrast was dat er überhaupt mensen op dit eiland wonen. De terugweg viel tegen door de pittige wind. Zeker voor Frits en Martijn op de tandem. Op naar de dichtstbijzijnde kroeg voor een drankje en welverdiende bitterballen. Na 35 kilometer op de pedalen weer terug bij de herberg. Vincent zat al met smart op de groep te wachten. Hij is een dag later aangekomen want hij wilde de bruiloft van zijn neef voor geen goud missen.

's-Avonds is een dapper (of gek 😜) groepje op ontdekkingsreis gegaan in en rondom de bunkers in het bos tegenover de herberg.

Maandag 13 september

Niet lang na vertrek leidde Jeroen de groep naar een camping waar voorgaande jaren een kampvuur was gemaakt. We streken hier neer voor koffie. Eigenlijk was de plek dat niet geoorloofd, maar het was zo'n heerlijk plekje.

Een vrouwelijke boswachter was zo vriendelijke een oogje dicht te knippen.

Aansluitend vervolgde wij, met een heerlijk zonnetje, de fietstocht naar het strand waar de lunch werd genuttigd.

Zwemkleding werd voor de dag getoverd en een aantal trotseerden de hoge golven met veel plezier, gespetter en gekheid. Zelfs s-avonds nog voldoende energie om nog een ronde te fietsen.

Dinsdag 14 september

's-Ochtends op weg naar de Bessenschuur voor koffie én cranberrytaart.

In het winkeltje van dit restaurant werden menige kaarsen, theeën en deodorant gekocht met cranberrygeur.

Met een heerlijke aroma in de neus op naar het "meertje van Hee", wederom met zwemkleding. Onder een stralende zon en strak blauwe hemel de lunch genuttigd. Voor elk wat wils. Een zalige plek voor pootjebaden, frisbeeën en te zonnen.

Woensdag 15 september

De vaste koffiestop was onderaan de heuvel met de beroemdste boom van Terschelling. De meerderheid van de deelnemers liep de lange trap op naar boven een enkeling bleef beneden. Mischa dacht eerst, nee die ga ik

niet doen. Maar besloot toch de uitdaging aan te gaan en begon aan de lange klim naar boven. Met wat hulp van de lieve en zorgzame Marianne haalde hij de top waar hij onthaald werd met daverend applaus.

's-Avonds hadden Frits en Danique een leuke verrassing voorbereid. In de "Woonkamer" werd de muziek hard gezet en twee uur lang gedanst en gezongen. Het hoogtepunt van de avond was de polonaise, op het nummer "Er staat een paard op de gang", die buitenom en dwars door de herberg heen paradeerde. De andere gasten genoten zichtbaar mee.

Donderdag 16 september

Op naar de midgetgolfbaan van Formerum. Helaas, door Coronamaatregelen gesloten. Teleurgesteld door naar het "wrakkenmuseum". Hoewel de meesten dit museum wel "gezien" hadden, moesten de nieuwelingen in de groep wel in de gelegenheid gesteld worden hier rond te kijken.

Van bad eendjes tot gevechtsvliegtuigen, liever gezegd stukken daarvan, werden aandachtig bestudeerd.

De speeltuin was verreweg de grootste attractie.

Even kort schuilen voor een paar regendruppels werd de weg vervolgd.

Het werd hoog tijd voor een ijsje. Bij "De koffiemolen" stond de inmiddels traditionele cranberry-sorbet op het menu.

Na het avondeten in De Herberg werd iedereen verzocht warme kleren aan te trekken en zich om half 9 te melden bij de ingang. Met een stoet fietsen het bos in

waar, na enig zoeken, het veldje met een grote vuurkorf stond. De deelnemers sprokkelde hout in het bos en dappere reisleader Jeroen stak de boel in de hens. Met wat extra licht van de zaklampen werden versnaperingen uitgedeeld terwijl het gezellige vuur knetterde.

Vrijdag 17 september

Na het ontbijt de koffers ingepakt en op de kar gelegd. De spullen werden naar de haven gebracht en de groep fietste er achteraan om de stalen rossen weer in te leveren.

Natuurlijk was het weer tijd om iets te nuttigen...heerlijke taart. Maar ook om nog wat souvenirs in te slaan. Dit alles weer met stralend weer.

Op naar de boot. Zonder dat we er erg in hadden kwamen we weer aan in Harlingen.

Vaste vervoerder Brouwer Tours stond weer klaar om de reis naar Den Haag te starten.

Tijdens de busreis zakten al wat oogjes dicht. Een hele leuke en intensieve week was weer voorbij.

Tegen kwart voor 5 kon Danique de ophalers appen dat verwacht werd met ca. één uurtje aan te komen in Den Haag.

Wat een warm welkom. Men had elkaar stiekem wel gemist. Terugkijkend op een fantastische week. Mooie mensen, goede sfeer én de weergoden waren zeer gunstig gezind.

Allen dank voor deze fijne week en heel graag tot volgend jaar. Wij hebben genoten!

Danique, Léon, Frits, Jeroen en Marianne

REISVERSLAG MIDWEEK SCHAIJK



Nou, nou, wat had de planning van deze midweek veel voeten in aarde.

De eerste boeking stond voor april 2020. Corona gooide roet in het eten en in de positieve verwachting had SGK deze midweek, in de veronderstelling dat in het najaar de Corona ons wel weer had verlaten, een nieuwe boeking gemaakt voor oktober 2020.

En wat we allemaal inmiddels weten, zaten we nog steeds met allerlei maatregelen en restricties. Om de moed er in te houden en toch een soort van horizon te creëren werd gekozen voor 25 t/m 29 oktober 2021. Dus **ANDERHALFJAAR** later.

Gelukkig zijn de ingeschreven deelnemers ons trouw gebleven en kon de vakantie van start gaan.

Maandag 25 oktober stonden de twee personenbussen klaar. Met de immer enthousiaste begeleiding Marcel, Els, Arthur en Dory.

Vandaag scheen de zon, in alle opzichten.

De deelnemers Anneke, Cyril, Lianne, Stef, Angelique, Robert, Grace, Alma en Joke stonden er startklaar voor.

Wat is dit altijd een dankbare ploeg om mee op stap te gaan. Geheel tevreden en wachtend op wat de dag brengt.

Om 11 uur reden we richting het zuiden en streken voor de lunch neer bij LaPlace. Viel behoorlijk tegen qua eten maar de koffie smaakte heerlijk.

Onze rit werd vervolgd naar Schaijk waar we de schade van de lunch maar snel inhaalden in de plaatselijke cafetaria "Het

Friethuys" van Schaijk.

Aansluitend, een paar kilometer verderop, op het terrein van De Buitenhorst gearriveerd.

Telkens weer een warm welkom door Wim en Rianne Matthijssen. Dit keer geen enthousiaste omhelzingen maar de hartelijkheid straalde van beide kanten.

Koffers naar binnen, bedden opmaken en boodschappen doen. Ik geloof dat het 23 uur was en iedereen lag in zijn/haar mandje.

Op dinsdag na het ontbijt zijn we naar Volkel gereden. Aan dierenpark ZIE-Zoo brachten we een bezoek. Dit park wordt grotendeels gerund door mensen, vooral jongelui, met autisme. Wat een geweldig fijne plek voor deze doelgroep. Hier wordt je blij van.

Met grote zorg wordt het dierenpark gerund en de dieren liefdevol verzorgd.

Het was weer een heerlijke nazomers zonnige dag. Waar we heerlijk hebben gewandeld, prachtige dieren hebben gezien en even op familiebezoek ;) zijn geweest.

Op woensdag na het ontbijt naar Nistelrode gereden. Daar werden we verwacht voor een workshop chocoladeletter maken bij Creatief Lekker. Komt natuurlijk heel goed uit met Sinterklaas in aantocht. Wat een belevenis. Iedereen had er weer een pracht exemplaar van gemaakt. Er waren zoveel lekkernijen om de letter te versieren dat sommigen echt alles wilden gebruiken met het gevolg dat de deksel niet meer op de doos paste.

Arthur bedacht dat het eenvoudig, beetje chic en niet rommelig moest worden. Nou "wij" dachten daar heel anders over. Veel en lekkers om te snoepen. Nootjes, karamel, mini marshmallows, cacao-boontjes, spikkels etc. echt alles werd gebruikt.

Eenmaal terug op onze residentie hebben een aantal deelnemers hun zwemkleding aangetrokken en zijn met Arthur, Marcel en Els naar de Kriekput gereden om te zwemmen.

Om 18 uur zijn Dory en de overige niet-zwemmers bij de Kriekput aangekomen om gezamenlijk heerlijk te dineren. Wat een fijne en gezellig dag hebben we weer te pakken. Donderdagochtend start klaar om met Boer Bens met paard en wagen door de prachtige bossen

van de Herper Duinen te struinen. Een dag met een gouden randje. Anneke begon te zingen.... "heb m'n wagen vol geladen" en het ene na het andere liedje galmde door de bossen.

Lisanne en Robert kregen les van Boert Bens hoe je een paard en wagen moest besturen. Wat een talenten.

Bij terugkomst op de boerderij stond een heerlijke boeren lunch klaar. Wat een top dag.

Op naar ons onderkomen voor nog wat revanche op de jeu de boule baan.

Vandaag hadden Dory en Angelique beloofd voor het eten te zorgen. Nou, dat viel letterlijk in heel goed in de smaak geen spaghettisliertje of macaroni-elleboogje was er over.

Iedereen ging zich klaarmaken voor de bonte avond. Dory had een hele volle prijzentaal klaargezet. Wat een keus. Voor iedereen wel iets leuks uit te zoeken.

En Arthur als gediplomeerd vaatwasser, heeft zich alle dagen fantastisch ingezet om de keuken weer spik en span achter te laten.

's-Avonds ging de traditionele bingo van start en de ene na de andere BINGOOOOO-kreet vloog over de tafel.

Aansluitend werd de playbackshow opgezet. Marcel had in de afgelopen dagen de artiesten en liedjes doorge- kregen van de deelnemers en werd er zorgvuldig een schema opgemaakt.

Uit volle borst werd meegezonden en werden de prijzen uitgereikt.

Iedereen ontving vanuit SGK een certificaat en een medaille.

Als verrassing voor Marcel, die zaterdag jarig is, werd door iedereen een mooie kaart met alle persoonlijke namen en klein cadeautje aangeboden.

Op vrijdag moesten we vroeg uit de veren. Checken of alle koffers ingepakt zijn, beddengoed afgehaald is en iedereen aan het ontbijt.

Heel fijn vonden wij het dat Wim en Rianne ons te tijd gaven tot 11 uur in plaats van 10 uur.

Geeft even wat meer rust om alles nog even na te lopen, nog even een balletje te gooien op de jeu de boule baan en rustig aan onze terugreis naar Den Haag te beginnen.

Om ca. 13.15 uur kwamen bij aan bij De Poppenkast in Kijkduin. Eigenaar Edwin had een heerlijke lunch voorbereid met soep, diverse broodjes en een aantal schalen met snacks. Wat hebben we gesmuld. Aan Edwin en Diana grote dank omdat zij samen besloten deze lunch voor ons te sponsoren.

We kunnen terugkijken op een geweldige week. Zelfs het weer was fantastisch. Bij terugkomst om 15 uur werd afscheid van elkaar genomen en wat denk je.... Het begon te regenen.

Wat een mazzel hebben we gehad. Hadden we vast verdiend na een wachttijd van 1½ jaar 😊. Iedereen bedank voor gezelligheid en plezier. Heel graag tot in april 2022!

Dan proberen we de draad weer verder op te pakken.

Vrijwilligers, Nieuws en Weetjes

AFSCHIED VAN HENK TUINMAN



Door alle coronaperikelen heeft Henk besloten te gaan stoppen met zijn werkzaamheden bij SGK op kantoor en als begeleiding op de fiets- en voetbalvakantie.

Zeer trouw, en zonder er naar om te hoeven omkijken, had Henk alle vakantiespullen klaar staan, maakte alle medailles, bekertjes en buttons voor onze sporters, hield alle voorraad sportmaterialen bij en

bestelde wat maar in huis moest komen.

Op vakantie was hij de eerste die koffie en thee klaar had staan voor de eersten die wakker werden. Een man waar je op kon bouwen!

Henk is in oktober 81 jaar geworden. Als je hem ziet zou je dat echt niet zeggen.

Inmiddels heeft SGK een opvolger gevonden. Léon Vissers, die al het één en ander voor SGK doet, heeft taken van en door Henk overgedragen gekregen.

Op 16 juli jl. heeft SGK Henk in het zonnetje gezet. Als blijk van waardering voor jaren lange inzet en bereidwilligheid werd een cadeau overhandigd en vele mooie en lovende woorden gesproken door bestuursvoorzitter Dirk van Munster van Heuven.

Henk nogmaals dank voor meer dan 28 jaar trouwe dienst.

Het gaat je goed en de deur staat altijd open voor een kopje koffie.

NIEUWE VRIJWILLIGER FRITS DU PRÉ



Even voorstellen:

Ik ben Frits du Pré, 67 jaar, geboren en getogen Hagenees.

Sinds 1½ jaar ben ik met pensioen. 46 jaar ben ik werkzaam geweest in het speciaal onderwijs. Waarvan de laatste bijna 20 jaar op de Koetsveldschool.

In mijn vrije tijd heb

ik altijd veel gesport. Voetbal, volleybal en hardlopen. Deze 3 sporten zijn helaas niet meer uitvoerbaar. Ik heb ze ingeruild voor wandelen en fietsen.

Mijn speciaal onderwijs achtergrond en het sporten hebben ertoe geleid dat ik vrijwilligerswerk ben gaan doen voor SGK.

Op maandagavond begeleid ik een hele leuke groep badmintonners. Op zaterdagmorgen een groep actieve fitnessers, terwijl er gelijktijdig door andere deelnemers aan judo en tennissen wordt gedaan.

Tevens heb ik me opgegeven als begeleider voor de SGK vakanties. In september ben ik al mee geweest op fietsvakantie naar Terschelling. Wat een prachtig eiland en mooie week was dat.

Ik ben net begonnen, maar hoop me nog lang te kunnen inzetten voor deze geweldige sporters.

SPONSOREN

Ook in 2021 is SGK zeer blij met de financiële ondersteuning van sponsoren en fondsen.

Gemeente Den Haag	Fonds Kind & Handicap
Het Jeugdvakantieloket	Stichting Hulp na Onderzoek
Stichting Thurkow Fonds	Stichting Pro Juventute
Meeuwisse BV	Het Haags Groene Kruis Fonds
Pasman Stichting	Alle sponsoren van de wintersportreis
Stichting De Lichtboei	Stichting De Menselijkheid
Lion's club Scheveningen	

Algemene SGK Info

LEERGELD DEN HAAG

Voor kinderen uit minima gezinnen zijn veel financiële tegemoetkomingen mogelijk. Bel 070-3601337, mail info@leergelddenhaag.nl of www.leergelddenhaag.nl

HANDIGE WEBSITES

www.hoeverandertmijnzorg.nl
www.denhaag.nl
of telefoonnummer 14070

WIJZIGINGEN IN PERSOONLIJKE GEGEVENS

Bent u verhuisd, heeft u een ander e-mailadres, of een nieuw telefoonnummer? Laat het SGK weten. Dan kunnen we u beter bereiken.

ZOETERMEERPAS

Deelnemers uit Zoetermeer die sporten bij SGK kunnen gebruik maken van de Zoetermeerpas. Uiteraard gelden hier ook de nodige voorwaarden om voor korting op de contributiegelden in aanmerking te komen. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de gemeente: 079-3468000.

OUIEVAARSPAS

Volgens de regels van de gemeente Den Haag m.b.t. de ooievaarspas kan de korting worden verleend startend in het kwartaal waarin u de goedkeuring voor het gebruik van de ooievaarspasnummer aan SGK doorgeeft.

Het is uw verantwoordelijkheid om de goedkeuring **jaarlijks** aan SGK door te geven. Korting met terugwerkende kracht is niet van toepassing.

SGK leden vanaf 18 jaar krijgen een korting van 50% op de contributie met een maximum bedrag van € 150,= per jaar. SGK jeugd leden tot 18 jaar kunnen een korting ontvangen van 100% op de contributie van de sport en voor elementair zwemmen. De ooievaarspas mag dan niet bij een andere sportvereniging zijn aangemeld.

Voor meer info gaat u naar www.ooievaarspas.nl/bijdrage of telefonisch via 070-353 7500. Pashouders die in Leidschendam-Voorbrug en Rijswijk wonen kunnen contact opnemen met de eigen gemeente. De kortingsregels zijn gelijk aan die van de Ooievaarspas.

SUBSIDIE SPORTHULPMIDDELEN

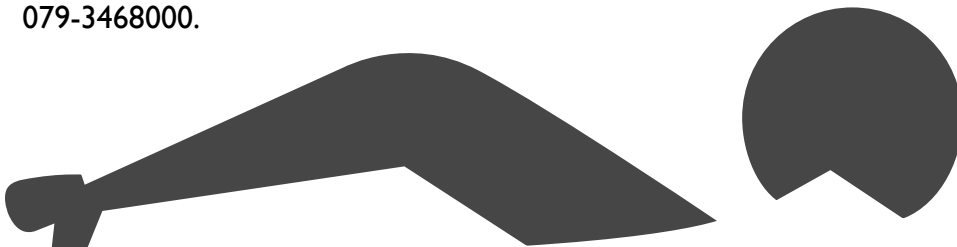
Sinds dit jaar biedt de gemeente Den Haag een financiële tegemoetkoming voor sporthulpmiddelen voor mensen met een beperking. De hulpmiddelen zijn veelal bestemd voor mensen met een lichamelijke beperking, maar wie weet kunt ook u daarvan gebruik maken. Bel met 070-3537500 of kijk op www.denhaagopmaat.nl

OPBOUW CONTRIBUTIE

De contributie voor het lidmaatschap van SGK is een vast bedrag per jaar. Dit bedrag knippen we op in vier gelijke stukken en ieder kwartaal sturen we een factuur voor dat bedrag. Hiermee wordt gespreid over het jaar de hele contributie betaald.

OPENINGSTIJDEN SGK KANTOOR

Op maandag t/m donderdag is het kantoor geopend van 09.15-16.45 uur. Per 1 september 2021 is op vrijdag het kantoor gesloten. U kunt een bericht achterlaten op de voicemail of een e-mail sturen naar info@sportbelangsgk.nl. Dan wordt er zo spoedig mogelijk contact met u opgenomen. Bel voor meer informatie SGK: 070-3250005.



Wekelijkse activiteiten van SGK in 2021

Van	Tot	Activiteit	Taxi bestellen	Locatie
		Maandag		
19.00	20.30	Voetbal bij PGS Vogel	20.45 uur	PGS Vogel, Wijndaelerweg 9
16.30	18.00	Zwemmen , 2 groepen		Binnenklingen
18.30	20.00	Badminton	20.00 uur	Beethovenlaan 1
18.30	20.00	Aerobics/dansen, 2 groepen	1 ^e groep 18.30 2 ^e groep 19.15	Buitenklingen
		Dinsdag		
17.45	18.30	Fit wandelen	18.45 uur	Zwedenburg
18.30	19.30	Fit lopen(snellere groep)	19.45 uur	Zwedenburg
		Woensdag		
13.45	14.30	Judo voor kinderen		Gymzaal Koetsveldschool
18.30	19.30	Voetbal	19.45 uur	vv SEV, Leidschendam
		Donderdag		
11.15	12.00	Zwemmen	12.15 uur	Escamphof
16.00	17.00	Hockey	17.15 uur	hdm
15.30	18.00	Zwemmen, 3 groepen		Binnenklingen
17.00	19.00	Voetbal autisten, 2 groepen		vv PGS Vogel, Wijndaelerweg 9
19.00	20.00	Zaalsport	20.15 uur	Sporthal De Blinkerd
20.00	20.45	Zwemmen	21.00 uur	Zwembad De Blinkerd
20.15	21.00	Zwemmen	21.15 uur	Zuiderparkbad
		Zaterdag		
09.30	10.30	Roeien		RV De Laak, Binckhorstlaan 285
10.00	12.00	Judo 2 groepen	11.15 of 12.00	Sporthal Loosduinen
10.00	12.00	Fitness, 2 groepen	11.15 of 12.00	Sporthal Loosduinen
10.00	12.00	Tennis beginners	11.15 of 12.00	Sporthal Loosduinen
10.00	11.30	Tennis gevorderden	11.30 uur	Never Out Houtrust, Laan van Poot 38
11.00	12.30	Kids Zwemmen, 2 groepen	12.00 of 12.45	Zwembad Escamphof