

Verschijnt 2x per jaar

SGKampioen



Zonvakantie Griekenland



Stadsspelen Den Haag



SGK. Speciaal voor Sporters.

Nummer

2

December
2023

COLOFON

SGK
Wijndaelerduin 27
2554 BX Den Haag

Tel: 070-3250005

Internet: www.sportbelangsgk.nl

Email: 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

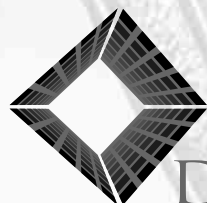
Redactie: Anke Haadsma

Fotografie: Fotografen 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	4
SGK Nieuws	4
Activiteiten	7
SGK Reizen	12
Algemene SGK Info	16
Wekelijkse activiteiten van SGK vanaf september 2023	17

Voorwoord

SGK, EEN UNIEKE ORGANISATIE

Op 7 augustus is mijn avontuur bij SGK van start gegaan. Om de organisatie te leren kennen, ben ik één voor één met alle medewerkers in gesprek gegaan. Al pratend tijdens die wandelingen, we zitten met het kantoor namelijk in een hele mooie omgeving, viel het mij op hoe betrokken iedereen is bij de sporters. De medewerkers kennen jullie vaak persoonlijk, dat maakt de betrokkenheid extra groot. Ook het enthousiasme waarmee iedereen zich inzet voor SGK viel me op. Er zit veel kennis en ervaring bij SGK, dat blijkt dan ook weer uit de vele jaren die collega's bij SGK werkzaam zijn. Ook zie ik veel jonge mensen die graag bij ons willen werken.

Naast al die kennismakingsgesprekken startte het nieuwe seizoen ook alweer. Zo stonden de survivaldagen letterlijk voor de deur. Hier kreeg ik direct een goede indruk hoe de sportdocenten te werk gaan. En dat allemaal in samenwerking met veel stagiaires en studenten van ROC Mondriaan en de Haagse Hogeschool.

Ook heb ik de HDM/SGK sportdag bezocht, de Stadsspelen Den Haag en ben ik bij verschillende wekelijkse sportlessen geweest. Hier heb ik al een aantal van de SGK-sporters en vrijwilligers mogen ontmoeten. Bij de Stadsspelen liep ik een van de SGK-ambassadeurs tegen het lijf, ik kijk ernaar uit binnenkort met alle ambassadeurs een keer af te spreken!

Als directeur ben ik natuurlijk ook in gesprek met onze wethouder van sport, Hilbert Bredemeijer, en de beleidsambtenaren van de gemeente Den Haag. Daarmee praat ik onder andere over onze ambities voor de toekomst. SGK neemt namelijk een unieke positie in Den Haag in, we zijn de enige organisatie die een diversiteit aan sportactiviteiten aanbiedt voor mensen met een beperking. Ik vind het geweldig om mij hiervoor in te mogen zetten.

De komende tijd gaan jullie mij nog veel vaker zien op evenementen en de wekelijkse sportactiviteiten. Hier wil ik jullie graag leren kennen en met jullie in gesprek om te kijken hoe we ons aanbod nog leuker en aantrekkelijker kunnen maken om zo nog meer (jonge) mensen met een beperking te stimuleren om te sporten en bewegen.



Sylvia Guldenmundt
Directeur

DANKBAAR

De afgelopen dagen vroeg iemand mij: "Is Dirk nou weg of niet?" Welnu, Dirk heeft afscheid genomen als voorzitter van SGK en zal niet meer terugkomen. Hij is verhuisd naar de omgeving Zutphen, daar zijn zijn SGK-activiteiten niet mee te combineren. Nogmaals veel dank Dirk voor alles wat je voor SGK de afgelopen jaren hebt gedaan!

Ik heb inmiddels het voorzitterschap weer (tijdelijk) op mij genomen. We hebben weer een actieve periode achter de rug, zoals te lezen valt in deze SGKampioen. Zelf was ik weer met veel plezier aanwezig bij de HDM Sportdag: mooi weer, heel veel sporters en niet te vergeten al die vrijwilligers die het mogelijk hebben gemaakt.

Patricia van Bladel werkt alweer 12,5 jaar bij SGK. Een trouwe hardwerkende collega, die we nog veel zullen zien. Ze werd door onze nieuwe directeur Sylvia (die inmiddels behoorlijk ingewerkt is) in de bloemen gezet.

En dan waren we op donderdag 12 oktober in groten getale bij zwembad De Blinkerd aanwezig om stil te staan bij het 25-jarig dienstverband van Sander van Deursen. Dat heeft SGK nog nooit meegemaakt! 25 Jaar! En nog steeds een energieke sportdocent bij SGK. Na al die jaren kunnen we hem wel de Pater Familias van de docenten noemen. Wij zien uit naar de volgende 25 jaar met Sander, die bij De Blinkerd door ons allemaal in het zonnetje werd gezet.

De bomen kleuren bruin en geel en de goedheiligman is weer in het land. De winter is in aantocht. Tijd voor een stevige wandeling door het bos, de duinen of langs het strand. Laarzen aan en kraag op. Ik vind het een heerlijke tijd, maar ik weet dat niet iedereen gelukkig is met de wintertijd (die voor mij in m'n jeugd het hele jaar door gold) en de koude maanden.

We kunnen ons gelukkig in de laatste maand van het jaar warmen aan Sinterklaas en Kerstmis en na Oudjaar stappen we met z'n allen in 2024. Blijven sporten en bewegen is ook dan weer de boodschap van SGK. Veel plezier alvast!



*Bas van Nooten
Voorzitter*



SGK Agenda

VAKANTIEOVERZICHT TOT EN MET 26 AUGUSTUS 2024

Vakantie	Geen sport van	Tot en met	Wel sporten op
Herfstvakantie	15 oktober '23	22 oktober '23	14 oktober '23
Kerstvakantie	24 december '23	7 januari '24	23 december '23
Voorjaarsvakantie	19 februari '24	25 februari '24	
Paasweekend	31 maart '24	1 april '24	
Meivakantie	27 april '24	12 mei '24	
1 ^e en 2 ^e Pinksterdag	19 mei '24	20 mei '24	
Zomervakantie	13 juli '24	26 augustus '24	

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

SGK Nieuws

ALGEMEEN

SANDER 25 JAAR IN DIENST

Wie kent hem niet binnen SGK? Al 25 jaar lang leert hij mensen te bewegen, en dat doet hij met veel passie en plezier. Sander van Deursen over 25 jaar werken voor SGK:

“Na een stageperiode van bijna 2 jaar begon op 12 oktober 1998 mijn officiële avontuur bij SGK. Toen nog onder de toenmalige pijprokende directeur Peter Wiesenhaan, startte ik mijn carrière als sportleerkracht van de SGK. Ik ging graag het avontuur aan mede door de diversiteit aan doelgroepen die SGK toen al had.

Ik racete van judomat naar activiteitscentrum en van voetbalvelden naar sporthallen en zwembaden door heel Den Haag. Ook organiseerde ik verschillende sportevenementen, vakanties en kampen. Daarbij mocht ik meehelpen met de Special Olympics Regionale Spelen in 2012 en de grandioze spelen in 2021 samen met de voormalige directeur Sandra van Koningsbrugge. Mede door haar is SGK gegroeid tot dé sportorganisatie op het gebied van sportaanbod voor mensen met een beperking en hebben we meer zichtbaarheid gekregen bij



gemeente en andere samenwerkingspartners. In deze mooie jaren werd ik echtgenoot en vader van 3 mooie kinderen. Mijn gezin heeft mij in deze jaren gesteund en gemotiveerd om dit werk te mogen blijven doen!”

“Nu met mijn nieuwe rol als senior mag ik mij de komende jaren gaan inzetten om, samen met mijn fantastische collega’s, een kwaliteitsslag te maken om te zorgen dat SGK DE sportorganisatie van Den Haag blijft.”

“Op 12 oktober vierde ik mijn 25-jarig jubileum. Deze dag ben ik door collega’s, verschillende mensen uit het werkveld en mijn sporters van de donderdagavond dik in het zonnetje gezet. Een bakfiets gevuld met cadeaus en mooie woorden van onze nieuwe directeur Sylvia Guldenmundt, voorzitter Bas van Nooten en Sandra van Koningsbrugge maken deze dag voor mij onvergetelijk. Ook werd ik een week later nogmaals verwend met een prachtige woorden die

de collega’s voor mij in een persoonlijke film hadden gezet.”

“Ik wil dan ook via deze weg iedereen bedanken voor de mooie woorden, aandenkens en cadeaus en de onvergetelijke mooie herinneringen die ik heb mogen ontvangen.”

Sanders motto:
leer een mens bewegen en hij sport voor zijn hele leven.

PATRICIA 12,5 JAAR IN DIENST



Wie wel eens belt naar het kantoor van SGK, heeft haar ongetwijfeld al eens aan de telefoon gehad. Patricia van Bladel zit op het secretariaat en verzorgt onder andere de volledige

ledenadministratie. Of men zich opgeeft voor het bowlingproject of andere leuke activiteiten die de SGK organiseert, de kans is groot dat je met haar belt of mailt. Onlangs vierde zij haar 12,5-jarig jubileum op kantoor!

Patricia solliciteerde op de openstaande functie nadat ze al enkele jaren als vrijwilliger mee was geweest op de wintersportreis. Haar oog viel op de vacature in de krant, aangezien ze de organisatie al kende hoefde ze niet lang na te denken. SGK was een organisatie waar ze wel voor wilde werken.

Vragend naar een memorabel moment bij SGK, moet ze heel hard nadenken. “Er zijn er zoveel! Ik heb zoveel meegemaakt in al die jaren. Wat natuurlijk wel typisch bij mijn werk past is het gebeld worden door deelnemers. Je hebt sporters die regelmatig bellen met vragen, ik hoor aan de stem dan al wie het is voor ze hun naam zeggen. Dat zorgt soms wel voor hilariteit natuurlijk bij zowel de sporter als bij mij. Ik heb het heel erg naar mijn zin op kantoor en wij zijn een gezellig team met elkaar!”

CONTRIBUTIEVERHOOGING

Zoals eerder aangekondigd is de maandelijkse contributie afgelopen oktober met 1 euro verhoogd. Ook de jaarlijkse bondsbijdrage voor Gehandicaptensport Nederland, waarbij wij zijn aangesloten, is verhoogd naar 10,60 euro per jaar.

SGK VERRAST MET EEN GULLE GIFT



Zoveel mogelijk mensen met een beperking laten bewegen, dat is ons doel. Hoe mooi is het als dit doel gesteund wordt door mensen die de organisatie en hun sporters een warm hart toe dragen. Zo mochten we aan het begin van het seizoen een driewielerfiets in ontvangst nemen. Een cadeau van een gulle gever.

Al langer hadden we de wens een driewieler aan te schaffen. Hiermee kunnen we een groot deel van onze doelgroep namelijk op weg helpen. Een driewielerfiets is geschikt voor mensen met een lichamelijke beperking

die normaal gesproken niet zelfstandig op een reguliere fiets kunnen fietsen. De driewielerfiets helpt ze hierbij, hier kunnen ze namelijk alleen op fietsen. Zo geven we ze weer een stukje extra vrijheid én beweging!

Op de jaarlijkse fietsvakantie konden we er altijd één huren, wat met veel plezier werd gedaan. Helaas is de driewielerfiets inmiddels uit de verhuur gehaald. Omdat we de fietsvakantie voor zoveel mogelijk deelnemers met een beperking toegankelijk willen maken, werd nagedacht over een oplossing.

Een eigen driewielerfiets aanschaffen bleek een kostbare aangelegenheid. Totdat iemand lucht kreeg van ons idee. Met het naderende afscheid van Sandra (wens ten goede van de doelgroep) in het hoofd en het mislopen van de toekenning Onbeperkt070, bleek dit het perfecte cadeau voor SGK.

De driewielerfiets is al gebruikt tijdens de fietsvakantie Terschelling, zie ook het verslag van deze reis verderop in deze SGKampioen. Wil jij deze fiets ook eens lenen? Neem dan contact op met Dory: dvdberserik@sportbelangsgk.nl.

Activiteiten

HOOFDPRIJS VOOR SANDER VAN 'T WALDERVEEN OP BUDDY TENNISTOERNOOI



Op Tennispark Houtrust, waar de SGK tennissers wekelijks spelen, werd zaterdag 2 september extra vroeg verzameld. In totaal 18 tennissers uit Den Haag en Zoetermeer gingen de strijd met elkaar aan tijdens het jaarlijkse buddy toernooi.

Hierbij spelen een tennissers met een beperking en een vrijwilliger, de zogenaamde buddy, van tennisvereniging Never Out samen tijdens een dubbelspel. Het was wederom een sportief feest!

Gastvrouw Jos Bakker had niet alleen gezorgd voor enthousiaste buddies, maar ook voor een sponsor, prachtig weer, brownies, een lunch en mooie prijzen. De laatste paar jaar scoorden de vrouwen goed op dit toernooi. Dit keer namen de mannen revanche. Maxim, Marnix, Winand en Sander wonnen al hun partijen. Dat leverde een gedeelde eerste prijs op met applaus en prachtige sportsokken. Voor Sander van 't Walderveen de hoofdprijs (die hij rustig thuis uit zou gaan pakken).



STADSSPELEN 2023

Het jaarlijkse sport en beweeg-festival 'De Stadsspelen Den Haag' vond op 23 september 2023 plaats in en rond Sportcampus Zuiderpark. Jaarlijks wordt dit festival georganiseerd, hiermee krijgen alle Hagenaars de kans om kennis te maken met het grote aantal sporten in Den Haag. Dus ook sporters met een beperking, SGK is erbij.

Om kwart voor 10 verzamelden de eerste taxibussen al bij de Sportcampus met deelnemers van de Blinkerd en sporthal Loosduinen, klaar voor een ochtend vol sport en beweeg plezier. Er waren meer dan 30 verschillende sporten waar onze deelnemers uit konden kiezen.

De warming up



We konden zowel buiten, als binnen sporten. Door de regen besloten wij lekker droog en warm binnen te gaan sporten. Eerst een workshop van een dansschool. In het begin keek iedereen nog een beetje de kat uit de boom, maar al snel kregen we de smaak te pakken.



Trampoline springen blijft altijd favoriet

Na een half uurtje dansen, liepen we met zijn allen naar de turnzaal, hier kregen we een turnles. Koprollen, trampolinespringen, balanceren; het was allemaal niet even makkelijk, maar we hebben het toch gedaan!

In de grote zaal hebben we verder nog zumba gedaan, korfbal, tafeltennis en veel andere sporten gedaan. Om 12 uur liep iedereen bezweet en voldaan de Sportcampus uit.

Nieuwe sporten, zoals korfbal, zijn ontdekt



GOED GEWORPEN OP HET JEU DE BOULES TOERNOOI!



De hele groep spelers en vrijwilligers

Het jaarlijkse Jeu de Boules toernooi is op 16 september weer gespeeld bij De Goede Worp. Een succesvol jaarlijks terugkerend toernooi in samenwerking met Sportbelang SGK.

Het was weer een te gekke middag. De warmte was deze keer voor velen de grootste tegenstander. Vincent de Vries en Tom van den Burg van de Haven uit Wassenaar waren de winnaars van het toernooi.

Maar iedereen was voor mij een winnaar! We hadden ook weer een super vrijwilligers team: Ria Brongers, Cilia Kropff, Els Buitenman, Coby Poth, Jan van Kampen, Bob Kool, Henk Batens en Jaap Spaans. Dank jullie allen voor jullie inzet en aanwezigheid.

Iedereen bedankt voor deze sportmiddag!

Door Jaap Spaans



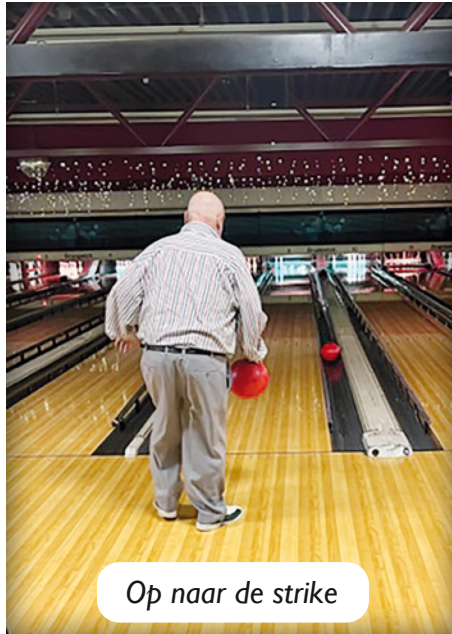
Vincent en Tom, de winnaars

BOWLINGPROJECT

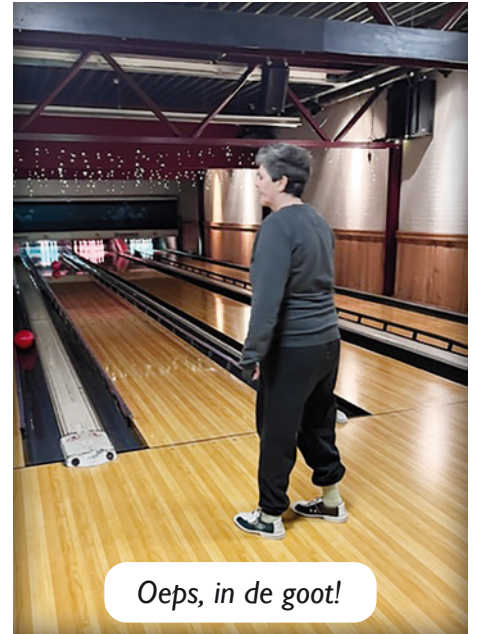
Veel SGK-sporters kwamen op de zaterdagmiddagen in oktober naar de Bowling Ockenburgh Active om twee uur lang te bowlen. Twee uur lang gebruikten ze de bowlingballen om zoveel mogelijk pins (kegels) om te gooien. Er werden weer vele strikes (alle kegels in één worp om) en spares (alle kegels in twee worpen om) gegoid.

Op de laatste zaterdag kwam Sylvia, de nieuwe directeur een kijkje nemen bij het bowlen. Ze was onder de indruk van hoe de SGK-sporters aan het bowlen waren. Kortom, deze zaterdagen waren voor onze sporters weer super!

Komend voorjaar houden we - als het goed is - weer een aantal bowling zaterdagen. Houd de berichtgeving in de gaten. Met dank aan al die vrijwilligers, die op de zaterdag van 13:00 tot 15:00 uur het mogelijk maakten dat de SGK-sporters konden bowlen.



Op naar de strike



Oeps, in de goot!



Bezoek van Sylvia

HDM SPORTDAG

De jaarlijkse HDM/SGK sportdag bracht afgelopen september in totaal 476 deelnemers in de leeftijd van 6 tot en met 18 jaar in beweging. Die deelnemers bestonden uit leerlingen van drie verschillende scholen: De Koetsveldschool, Inspecteur de Vriesschool en de Bernardusschool.

Op de velden van HDM Hockey werd een verdeling gemaakt tussen de jongere en oudere groep. De jongsten kregen een leuk parcours met verschillende sportieve spellen op veld 1. Op de andere velden werden de oudere leerlingen de hele dag uitgedaagd in verschillende sporten. Denk aan honkbal,

tennis, hardlopen, voetbal en natuurlijk hockey! Ook stond er een stormbaan waar iedereen zich helemaal op kon uitleven.

Deze jaarlijkse sportdag geeft SGK een mooie kans om leerlingen van de drie scholen kennis te laten maken met het gevarieerde beweegaanbod.

Natuurlijk is het ook goed voor de samenwerkingsverbanden met de uitgenodigde scholen. Daarnaast heeft deze sportdag ook een verbindende factor tussen HDM, SGK, WSDH en de vrijwilligers van onder andere Lions Club Scheveningen.

Achteraf stuurde een van de deelnemende scholen nog speciaal een bedankje voor de organisatie: *“Er werd heel positief gesproken over de leuke sportdag afgelopen vrijdag. Wat een top dag! Namens meerdere collega’s heel erg bedankt. En natuurlijk ook namens de leerlingen.*

Ze hebben zoveel leuke (nieuwe) activiteiten gedaan.”

Doel behaald dus. Grote dank aan hockeyvereniging HDM en alle sponsoren voor het faciliteren en mogelijk maken van deze mooie sportdag!

SURVIVALDAGEN

Traditiegetrouw trappen we het seizoen af met de survivaldagen. Dit jaar was de organisatie in handen van Lamar en Julien. Ze hadden heel mooi weer geregeld,

veel deelnemers, toffe activiteiten en leuke muziek. Met de hele groep zijn er twee hele leuke en sportieve dagen van gemaakt.



De hoogte in



In de kajak

Benieuwd hoe het parcours eruit zag? Scan dan onderstaande QR-code met de camera van je telefoon, Lamar neemt je dan op de fiets mee langs alle onderdelen!



SGK Reizen

REISVERSLAG TERSCHELLING

Het was een drukte bij het SGK-kantoor op 8 september. De survivaldag waar veel deelnemers genoten van activiteiten en luide muziek vond plaats. Tegelijkertijd verzamelden aan de voorkant van het gebouw de deelnemers voor de 24ste Terschelling reis. Dit jaar met minder deelnemers dan we gewend zijn.

Enkele vaste deelnemers moesten om uiteenlopende redenen keuzes maken. Ook een groot gemis is Mischa, een zeer trouw en gewaardeerd deelnemer die dit jaar is overleden.

Dit jaar daarom geen grote bus maar de personenbus van SGK, tezamen met mijn camperbusje. Toen alle deelnemers aanwezig waren hebben werd de bagage

ingeladen. Daartussen zat onder andere de supermooie opvouwbare driewieler (een geschenk van een gulle gever, zie het bericht in de nieuwspagina's). De deelnemers zijn over de auto's verdeeld en de reis kon beginnen.

Met een zonnetje hoog aan de hemel gingen we op weg naar Harlingen. Onderweg, aan het eind van de Afsluitdijk maakten we een stop om ons heerlijke lunchpakket te verorberen. Uitkijkend over het IJsselmeer zorgde dat het vakantiegevoel direct begon.

De bootreis werd gezien als een korte cruise. Heerlijk zonnen op het dek en genieten van de Waddenzee. Bij aankomst op Terschelling eerst naar de fietsenverhuur en vandaaruit naar de

Stayokay waar we gelijk aan tafel konden voor een heerlijke maaltijd.

Na de maaltijd werd de bagage naar de kamer gebracht. Toen iedereen klaar was hebben we nog een wandeling gemaakt naar Terschelling West waar het gezellig was in de haven. Veel schepen van de bruine vloot.

Zaterdag lekker door de duinen gefietst, koffie gedronken en geluncht. In de middag naar Midsland waar het Street Rock&Roll plaatsvond. Het was genieten van de muziek en de gezellige drukte.

Na het eten in de herberg wat gerust en daarna nog toch nog even terug naar Midsland voor de muziek.

Op zondag langs het wad gefietst en bij Oosterend stilgestaan bij een kunstwerk dat midden in het water ligt en zelfs "een bakkie" gedaan. Vervolgens verder gefietst en genoten van het mooie weer.

Maandag brachten we een bezoek aan een replica van de Witte Zwaan (het schip waarmee Willem Barendz zijn laatste reis heeft gemaakt naar de Noordpool). De bouwer van het schip vertelde hoe het er in die tijd aan toe ging. Door het hoge water was het nog een hele toer om op het schip te klimmen en daarna er weer af.



De vakantie begon al op het vaste land met deze fijne lunchplek bij het IJsselmeer



De driewieler is goed gebruikt op Terschelling

Dinsdag begonnen we met een speurtocht over het eiland waarbij er op verschillende punten een opdracht lag waarbij veel gelachen werd. De tocht eindigde bij de Brandaris waar nog even de tijd was om door de stad te lopen en te winkelen.

De woensdag begon met een lekker stuk fietsen maar dat eindigde al snel bij de Bessenschuur waar we genoten hebben van heerlijk gebak en een drankje. In de middag, na de lunch, hebben we meegedaan aan een leuke workshop waar we van afval (plastic flesdoppen) een onderzetter hebben gemaakt die we daarna mee naar huis mochten nemen.

Donderdag begonnen we weer met een fietstocht door de duinen, dit keer naar Midsland waar een beestenmarkt was met een braderie. Hierna zijn we weer lekker door de duinen richting Formerum gefietst, hier staat een prachtige molen en hebben ze heerlijke sorbets.

Hierna weer naar de herberg eten en de koffers gedeeltelijk inpakken. En als je nu denkt, dit was het dan! Dan heb je het mis. Tegen schemer zijn we op de fiets naar het bos gegaan waar bij een kampvuur een spannend spookverhaal werd verteld.

En dan de laatste dag, de vrijdag, de koffers verder inpakken, lunchen, afscheid nemen en richting haven de fiets inleveren. Nog even tijd (alweer) voor koffie en gebak, een beetje shoppen en daarna weer de boot op. Heerlijk genieten op het wad met een stralend zonnetje.

Bij de haven stond Dory ons al op te wachten met het busje. Na een voorspoedige rit kwamen we weer terug in Den Haag waar we werden opgewacht door familie en begeleiders.

Ondanks een kleine groep was het weer een zeer geslaagde reis en kijk ik alweer uit naar de volgende Terschelling reis. Voor mij de laatste keer als leiding maar met een gerust hart draag ik het stokje over aan Marianne. Namens Marianne en mij hartelijk dank voor alle gezelligheid.

Groet Jeroen Rave



Lekker fietsen door de duinen

GENIETEN ÉN LEKKER VEEL BEWEGEN IN DE GRIEKSE ZON



De hele groep

In de nacht van 23 september was het ein-de-lijk zover: we verzamelden op Schiphol om richting het Griekse eiland Zakynthos te vertrekken.

Met twee nieuwe deelnemers én twee nieuwe begeleiders, zou je misschien denken dat we flink aan elkaar hebben moeten wennen... Maar, niets was minder waar! Vanaf de eerste minuut voelden we ons als één grote familie. Zelfs toen een van onze koffers richting Turkije bleek te gaan, lieten we ons niet gek maken.

Eenmaal aangekomen op Zakynthos (inclusief de vermiste koffer), hebben we ons acht dagen lang weten te vermaken met zon, zwembad, glijbanen, heerlijk (Grieks) eten en ook een bootreis op een helderblauwe zee.

Vanzelfsprekend is er natuurlijk ook gesport. We zijn tenslotte een sportstichting! Darten, aquarobics, zwemmen en bijna

iedere avond hebben we staan zweten van het dansen op het podium: een vakantie om nooit meer te vergeten!



Genieten in en rond het zwembad



Lekker en gezellig Grieks eten



Lekker dansen!

SPONSOREN

Ook in 2023 is SGK zeer blij met de financiële ondersteuning van sponsoren en fondsen.

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

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

Ben je verhuisd, heb je een ander e-mailadres, of een nieuw telefoonnummer? Laat het SGK weten. Dan kunnen we je 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 kun je 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 je eigen 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 € 165,= per jaar.

SGK jeugdleden 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 ga je 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 jij daar ook gebruik van 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.

Laat een bericht achter op de voicemail of stuur een e-mail naar info@sportbelangsgk.nl. Dan wordt er zo snel mogelijk contact met je opgenomen.

Bel voor meer informatie SGK: 070-3250005.

Wekelijkse activiteiten van SGK vanaf september 2023

Van	Tot	Activiteit	Taxi bestellen	Locatie
		Maandag		
19.30	20.30	Voetbal H.v.v. Laak	20.45 uur	Jan v. Beersstraat 69
16.30	17.30	Aerobics/dansen, 2 groepen		Middin Monsterseweg 216
17.45	18.15	Aerobics/dansen		Middin Gymzaal Binnenklingen
		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
		Donderdag		
11.15	12.00	Zwemmen	12.15 uur	Escamphof
16.00	17.00	Hockey	17.15 uur	hdm
15.30	17.30	Zwemmen, 3 groepen		Zwembad Binnenklingen
18.00	19.00	Voetbal autisten, 2 groepen		vv PGS Vogel, Wijndaelerweg 9
17.00	18.00	Sbo voetbal		Vv Pgs Vogel, Wijndaelerweg 9
19.00	20.00	Zaalsport	20.15 uur	Sporthal De Blinkerd, Seinpoststraat 150
20.00	20.45	Zwemmen	21.00 uur	Zwembad De Blinkerd
20.15	21.00	Zwemmen	21.15 uur	Zuiderparkbad, Mr Droogleever Fortyunweg 59
		Zaterdag		
09.30	10.30	Roeien		RV De Laak, Binckhorstlaan 285
10.00	12.00	Fitness, 2 groepen	11.15 of 12.00	Sporthal Loosduinen, Groen van Prinstererlaan 500
10.00	12.00	Tennis beginners	11.15 of 12.00	Sporthal Loosduinen
11.00	12.00	Zumba	12.00 uur	Sporthal Loosduinen
10.00	11.00	Badminton	11.15 uur	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, Escamplaan 59
12.00	14.00	Bowlen 2 keer per maand	14.00 uur	Bowling Active Ockenburgh