

Verschijnt 3x per jaar

SGKampioen

Midweek



SBO Toernooi



SGK. Speciaal voor Sporters.

Nummer



Jun1
2022

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: Sandra van Koningsbrugge

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	3
SGK Nieuws	4
Activiteiten	7
SGK Reizen	11
Vrijwilligers, Nieuws en Weetjes	14
Algemene SGK Info	15
Wekelijkse activiteiten van SGK in 2022	16

ONS OUDE LEVENTJE?

Alle activiteiten van SGK zijn in 2022 weer van start gegaan. Het lijkt er sinds een aantal weken op dat ons oude leventje weer terug is...of toch niet helemaal?

De meeste sporters zijn weer van de partij, maar daar heeft het SGK team hard aan moeten trekken. Het niet bewegen, of geen zin hebben was er toch weer een beetje ingeslopen terwijl we met zijn allen weten hoe belangrijk bewegen is. Een aantal sporters zijn om deze minder goede redenen helaas gestopt. Gelukkig zijn daarvoor in de plaats weer nieuwe enthousiastelingen lid geworden van SGK.

Tijdens mijn 'oude leventje' ging ik minimaal 2 x per week intensief bewegen (sportschool, hardlopen,

fietsen) en nu werk ik een dag in de week thuis, wandel ik meer en zit ik thuis op de hometrainer. Dus zeker actief, maar ook mijn oude leventje is daarmee nog niet helemaal terug. 'Ik heb geen tijd' is soms een te makkelijk excuus. Voor ons allemaal is bewegen goed.

En ook als organisatie hebben we in beweging te blijven en dat doen we ook. Met de komst van de beweegcoach en de verenigings-ondersteuner gehandicaptensport begin dit jaar, is ons team extra versterkt. We hopen daarmee nog meer inactieve Hagenaars aan het bewegen te krijgen hetzij via SGK, hetzij via andere verenigingen of organisaties. Los van organisaties is er een hoger doel en daar gaan we samen voor.

Maar gelukkig zijn de SGK reizen van voor de coronaperiode wel weer van start gegaan, de wintersport, de recreatieve midweek en ook nog het voetbalkamp is in aantocht. En dat te samen met de bowling-activiteiten in het voorjaar lijkt het oude leventje toch steeds meer terug te komen. In deze SGKampioen leest u meer over de georganiseerde activiteiten.



*Sandra van Koningsbrugge
Directeur*

EIGENLIJK WORDT ALLES WEER GEWOON

In 2022 wordt als weer anders, eigenlijk wordt alles weer gewoon. Maar we willen geen gewoon, we willen bijzonder en daar heel veel van! En dat kunnen wij dit jaar weer gaan doen: bijzonder veel sport en bewegen en dat dankzij de subsidie die SGK van de gemeente Den Haag ontving.

Het was een spannende tijd waarin wij allen hard werkten om de subsidieaanvraag zo goed mogelijk in te vullen. En na twee jaar van uitzonderlijk weinig sport en spel, kunnen wij nu zelfs nog meer aanbieden. Gelukkig was er wel de Special Olympics Nationale Spelen, waar wij ook nu nog van genieten, maar er is tijd voor nieuwe dingen.

Nieuwe activiteiten omdat we meer SGK sportleraren kunnen inzetten via de subsidie buurtsportcoach. Niet alleen meer voor inwoners met een verstandelijke beperking, maar ook voor andere kwetsbare doelgroepen. Dichter in de buurt van de sporters en op meer plekken beweging aanbieden. De eerste stappen zijn hiertoe gezet. Dat heeft tijd nodig.

2022 is een overgangsjaar. Nieuwe gezichten, weer samen sporten, meer sport en bewegen en het kost tijd alles in goede banen te leiden en te organiseren. Daar werken wij nu allemaal hard aan. En dan is er volgend jaar nog meer

ritme voor iedereen en loopt het nog beter op rolletjes.

Ook met de zomer in het vooruitzicht blijven we er samen een mooi jaar van maken. Geniet en blijf bewegen!



*Dirk van Munster van Heuven
Voorzitter*

SGK Agenda

VAKANTIEOVERZICHT 2022

Vakantie	Geen sport van	Tot en met	Wel sporten op
Hemelvaartsdag	26 mei 2022		
Pinksterweekend	5 juni 2022	6 juni	4 juni
Zomervakantie	9 juli 2022	21 augustus 2022	
Herfstvakantie	23 oktober 2022	30 oktober 2022	22 oktober
Kerstvakantie	24 december 2022	Zondag 8 januari 2023	

Data om alvast in de agenda te noteren!!!

**Bowlingproject: planning oktober/november 2022 op zaterdag van 13.00 tot 15.00 uur.
Kosten € 6,50.= per keer.**

**De uitnodiging wordt begin september gestuurd.
Aanmelden verplicht via Bowlen@sportbelangsgk.nl**

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

SGK VAKANTIES

Fietsvakantie Terschelling: 9 september t/m 16 september 2022
Zon-/watersportvakantie Mallorca: 30 september t/m 8 oktober 2022



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

SGK Nieuws

ALGEMEEN

BEWEEG COACH EN VERENIGINGSONDERSTEUNING

Het team van Sportbelang SGK is dit jaar uitgebreid met twee nieuwe functies. Die van beweegcoach, ingevuld door Soraya vanuit het beweegloket Den Haag.



En de functie verenigingsondersteuner is toegevoegd. Deze rol wordt ingevuld door onze eigen Marc Pelkman.

Deze team uitbreiding hebben we kunnen doen dankzij de verkregen subsidie van de gemeente Den Haag. Via de gemeente mogen we Soraya ook welkom heten als beweegcoach. Zij gaat ervoor zorgen dat vraag en aanbod bij elkaar komen. Iemand die een specifieke sport wil beoefenen, maar niet weet waar deze terecht kan, komt bij Soraya uit. Zij helpt deze sporter dus met het vinden van de best passende locatie om die specifieke sport te beoefenen.

“Een sporter die weet welke sport hij of zij wil beoefenen, kan met mij in gesprek om de juiste locatie te vinden deze sport te beoefenen. Maar ook iemand die graag wil sporten en geen idee heeft wat voor sport, kan samen met mij op zoek gaan naar een sport die goed past. Tenslotte heb je nog de begeleider die vindt dat een cliënt iets aan beweging moet gaan doen, daar kan ik in begeleiden.”

Contact zoeken met Soraya kan via het beweegloket Den Haag of via de Uniek Sporten app. Ook kun je Soraya bereiken via de mail: beweegloketdenhaag@unieksporten.nl of telefonisch (op werkdagen tussen 9 en 18 uur): +31 6 11032034.

VERENIGINGSONDERSTEUNER

Daarnaast hebben we dit jaar de functie verenigingsondersteuner toegevoegd. Onze eigen Marc Pelkman neemt deze functie op zich. “In grote lijnen ondersteun ik verenigingen in hun aanbod van aangepast sporten. Dit kan een vereniging zijn die net begint met aangepast sporten aanbieden, ik help ze dan met het vraagstuk hoe je dit opzet. Of hoe je als trainer een training gaat geven, hier voeg ik een stukje deskundigheidsbevordering toe.”



Zo helpt Marc verenigingen met allerlei vraagstukken, voor verenigingen die aangepast sporten al aanbieden en verenigingen die dit willen opzetten.

Contact zoeken met Marc kan via het kantoor van Sportbelang SGK, via het beweegloket Den Haag én via de Uniek Sporten app.

NIEUWE COLLEGA JIMMY DEKKERS IS ALLROUND SPORTLEIDER

Op 1 april hebben we Jimmy Dekkers verwelkomd als nieuwe sportinstructeur bij Sportbelang SGK. We gaan hem voornamelijk in het zwembad zien, maar door zijn jarenlange ervaring, kan hij in iedere sport lesgeven. Tijd om eens kennis te maken met Jimmy!



WAAR WERKTE JE HIERVOOR?

“Ik heb jarenlang bij WSDH gewerkt. Mijn eerste zeven jaar was ik sport coördinator zwemmen en de laatste vijf jaar als sport coördinator met de focus op aangepast sporten. In deze functie was ik al actief bij Haag’88 en Kameleon als zwemleraar.

Dit doe ik nu eigenlijk nog steeds, maar dan voor SGK.”

HOE ZIET JOUW VERDERE WERKVERLEDEN ERUIT?

“Ik heb het Cios gedaan in Goes, toen koos ik al voor de richting zorg & hulpverlening. Mijn stage liep ik bij organisaties die zich richten op lichamelijke, verstandelijke of psychiatrische patiënten. Hier ontdekte ik dat mijn interesse lag bij sporters met een lichamelijke of verstandelijke beperking. Na mijn studie ben ik aan het werk gegaan bij een zwembad. Vervolgens wilde ik op wereldreis, maar bleef ik in de Antillen hangen. Hier heb ik anderhalf jaar als duikinstructeur gewerkt.”

“Nadat ik terug in Nederland kwam, heb ik zes maanden als buitensport instructeur in België gewerkt, vervolgens ben ik twee jaar fitness instructeur geweest. Hierna vervolgde ik mijn loopbaan bij Sport & Recreatie in Rotterdam (dit is nu Sportbedrijf Rotterdam) als medewerker sport, in de praktijk was ik vooral ambulante gymleraar.

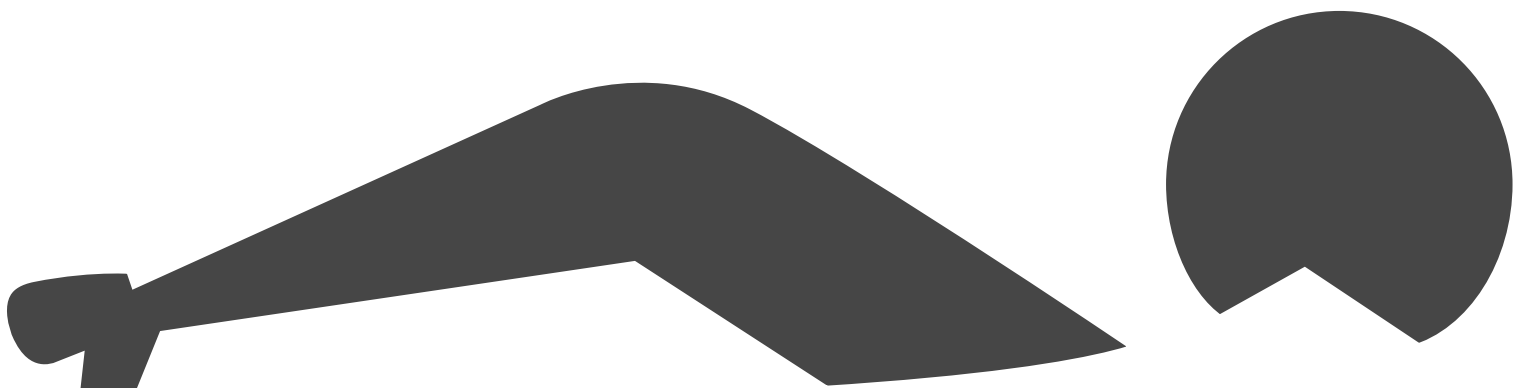
Daarna ben ik in Den Haag terechtgekomen, ik heb vier jaar voor Haag Sportief gewerkt waarna ik bij WSDH terecht kwam.”

WAT KUNNEN WE VAN JOU VERWACHTEN BIJ SGK?

“Ik geef zwemlessen! Op donderdagavond geef ik ‘bewegen in warm water’ voor Haag’88. Op vrijdag geef ik elementair zwemmen en op zaterdag geef ik zwemles aan kinderen met verschillende beperkingen voor Kameleon. Daarnaast geef ik rolstoelvaardigheids cursussen. Door mijn brede ervaring kan ik eigenlijk iedere sport wel geven, ik heb zelf echt een passie voor balsporten.”

HOE ZIET JE PRIVÉLEVEN ERUIT?

“Ik woon in Oud-Overschie, tegen Delft aan. Ik ben 45 jaar en heb samen met mijn vrouw een tweeling van 5 jaar. Daarnaast heb ik nog een zoon van 15 en mijn vrouw een dochter van 20 uit een eerdere relatie. Voor SGK werk ik als freelancer, dat doe ik vanuit mijn eigen bedrijf: Jimmy Sports, everything is possible.”



SGK IS HET GOEDE DOEL TIJDENS HET HAAGS ONDERNEMERSGALA

Op zaterdag 14 mei jongstleden hebben SGK en ADO in de Maatschappij een cheque in ontvangst mogen nemen tijdens het Haags Ondernemersgala. Zij waren die avond het Goede Doel. SGK sporters Esther, Ilonka en Joep waren ook aanwezig en genoten. Beide organisaties gaan samenwerken tijdens onder andere het scholenproject.



Activiteiten

BOWLINGPROJECT VOORJAAR 2022

In de afgelopen maanden hebben op een aantal zaterdagen per keer zo'n 35 SGK sporters bij Ockenburgh Active Bowling gebowld.

De ene spare (dus alle 10 pins (een soort kegels) in 2 keer omgegooid) na de andere strike (in 1 keer alle pins omgegooid) 'vloog' mij om de oren. Een goed teken!

De ene sporter was fanatieker dan de andere.



Ook waren er een aantal sporters, die meerder strikes achter elkaar behaalden.

Alle sporters hadden veel plezier en vonden het jammer dat na 2 uur bowlen gestopt moest worden.

Veel dank ook aan al die vrijwilligers, die elke zaterdag de bowlers deze activiteit gunden.

De meeste sporters moeten nu wachten op het najaar, wanneer SGK weer 4 of 5 keer bowling zaterdagen gaat organiseren. Maar een klein groepje blijft om de 2 weken 2 uur op de zaterdag bowlen.

Uit die groep gaan namelijk een aantal sporters meedoen aan de

Special Olympics Nationale Spelen Twente. Dit evenement wordt in het weekend van 10 – 12 juni 2022 georganiseerd. Gelukkig is er nu geen corona die roet in het eten gooit.

In dat weekend kunnen deze sporters in Hengelo weer spares en strikes proberen te gooien en dus zoveel mogelijk punten verzamelen. Het meedoen is véél belangrijker dan winnen, maar dat laatste is soms ook heel leuk.

De trainster Corry en ik kijken al naar dat weekend uit. Ik wens jullie een prachtig zomer seizoen en tot in juni of het najaar, wanneer ik jullie weer in de bowling mag begroeten.

Ben van Aken
Coördinator SGK bowlen



PAASZATERDAG HDM HOCKEYTOERNOOI

Zaterdag 16 april
vanaf 10.00u



16e Paas-Hock-Ei-Toernooi
voor Parahockeyteams uit heel Nederland!!

Kom ook langs om aan te moedigen!!!

Eindelijk weer een
Paas-Hock-Ei-Toernooi.

Eindelijk na 2 jaar weer een
Paas-Hock-Ei-Toernooi. Wat
hebben we er naar uitgekeken! Op
de velden van Hockeyvereniging
Myra werd op zaterdag 16 april
de 16^e editie van dit Paas-Hock-Ei-
Toernooi gehouden.

Een mooi, gezellig en sportief
toernooi voor parahockey-teams
uit heel Nederland. Deze keer
deden er 28 zestallen en achttallen
mee.

Het HDM-team deed mee met
de 6-tallen. Omdat er tien spelers
waren kon er genoeg gewisseld
worden. Voor een aantal spelers
een bekend toernooi en voor
enkele spelers volkomen nieuw,
maar met elkaar hebben we
ons best gedaan en hebben we
genoten van en met elkaar. Het
was prachtig weer, niet te warm,
ideaal toernooi weer. We konden
zo ook heerlijk gezellig met zijn
allen buiten lunchen. Na de lunch
was er weer als vanouds disco.



SBO TOERNOOI

Behulpzaamheid, samenspel en aanmoediging op het SBO-voetbaltoernooi

Op dinsdag 10 mei vond het eerste SBO-voetbaltoernooi, georganiseerd door SGK, plaats.

Ruim 100 kinderen hebben deelgenomen aan het toernooi op de velden van PGS/Vogel en Die Haghe. De sfeer zat er de hele dag goed in, zowel bij de leerlingen als bij de leerkrachten.

Studenten van Mondriaan sport en bewegen hielpen in de begeleiding van het toernooi. Zowel in organisatie als in coaching van de verschillende teams. Namens SGK organiseert sportdocent Julien de Jager het toernooi. Hij verwelkomt iedereen en verdeelt de Mondriaan studenten over de teams.

Na een kennismaking is het tijd voor de warming-up en tactiek bespreking. Om 10.30 uur is dan de echte aftrap van het toernooi.



Het fanatisme spat ervan af bij de kinderen. Maar dat is niet het enige wat mooi is om te zien, ook de behulpzaamheid, het samenspel, de aanmoedigingen naar elkaar en de omgang met winst en verlies is fantastisch om te zien. “Ze vinden het natuurlijk niet leuk om te verliezen, maar leren zo wel dat dit erbij hoort”, is het commentaar van een van de leerkrachten.

De hele dag lopen er vier scheidsrechters rond om de wedstrijden te begeleiden in het veld. Drie heren van Die Haghe en Sebastiaan, een autistische jongen die al ruim 10 jaar bij SGK voetbalt, heeft zich opgeworpen als vrijwillige scheids. Ook zij

hebben een mooie dag, vertelt een van de heren van Die Haghe: “De kinderen hebben veel plezier in het veld. Ik probeer het spel goed en veilig te laten verlopen. Je moet soms wel even streng optreden, maar er wordt echt wel eerlijk gespeeld door de kinderen.”

Na anderhalf uur voetballen is het om 12 uur tijd voor pauze. PGS/Vogel heeft een lunchpakket beschikbaar gesteld en in de kantine van Die Haghe mogen de teams nog een snack en een drankje komen halen. Voor de leerkrachten staat ook koffie en thee klaar. De muziek uit de speakers zorgt voor een leuke sfeer en her en der staan groepjes meiden te dansen.



Na de pauze start de knock-out fase, verliezers liggen eruit en winnaars gaan door naar de volgende ronde. Bij de meiden is het uiteindelijk de Einder die aan het langste eind trekt, bij de jongens wint de SBO Merlijn de finale. De overwinning is groots gevierd, natuurlijk zijn uiteindelijk alle teams met een mooie prijs naar huis gegaan.

Grote dank aan alle partijen die hebben meegeholpen aan dit toernooi. Die Haghe, PGS/Vogel, de scheidsrechters en de Mondriaan studenten. Op naar volgend jaar!

HAAGSE FIETSBOX, VEILIG LEREN FIETSEN

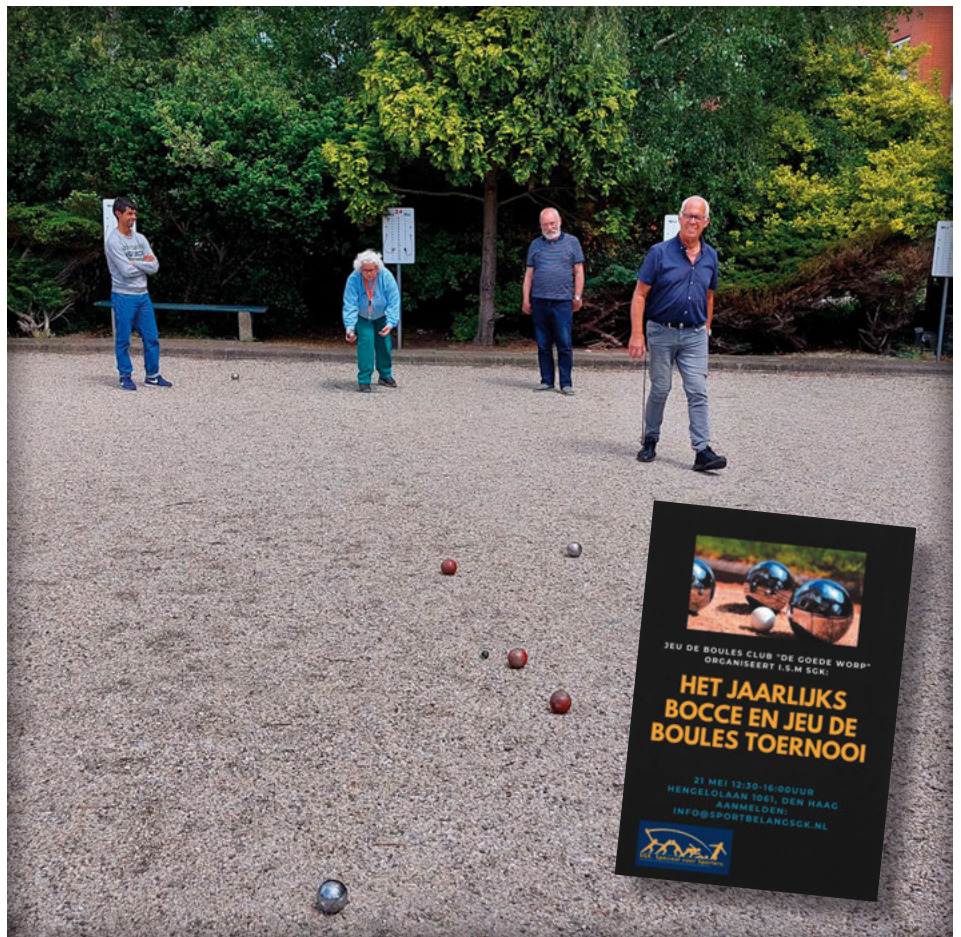
Op de Inspecteur de Vriesschool wordt tijdens de BSO geïnfomeerd met fietsen. Hierbij maken we gebruik van de Haagse fietsbox. Hierin zitten loopfietsen, kleine fietsen, driewielers en skateboard. Alles voor een leuke middag!



PLAY UNIFIED JEU DE BOULE ZATERDAG 21 MEI 2022

Zaterdag 21 mei vond het jaarlijkse bocce en jeu de boules toernooi plaats bij Jeu de Boule vereniging De Goede Worp. Het was prachtig weer en de deelnemers hebben genoten.

Een mooi play unified evenement als legacy van de Special Olympics Den Haag 2021.



SGK REIZEN

WINTERSPORTREIS JANUARI 2022

Op 28 januari 2022 was het dan eindelijk weer zover. Op naar Obertilliach voor de wintersport, na een jaar overgeslagen te hebben i.v.m. Corona. Nadat iedereen uitgebreid getest was ging de groep op weg naar Obertilliach. De reis verliep zeer snel en kwam al heel vroeg aan bij het hotel waar we weer hartelijk ontvangen werden. Het was een vrolijk weerzien.

Doordat de reis zo voorspoedig verliep zijn we voor de lunch eerst door het dorp gewandeld om even de benen te strekken, na de lunch konden we naar onze kamer om de koffers uit te pakken en vervolgens door te gaan naar de skiverhuur. Dit jaar was de groep niet zo groot als andere jaren, maar de sfeer was er niet minder om. Ook waren er twee nieuwe gezichten bij de leiding: Claire en Danique.

Dat dit jaar anders was dan andere jaren hebben we weinig van gemerkt. We zaten in onze eigen "bubbel" (de eetzaal) en gescheiden van de andere gasten. Het programma verliep zoals andere jaren. Overdag heerlijk in de sneeuw en in de avond zwemmen, kaarten schrijven, disco en ook een bezoek aan de pizzeria was weer ouderwets gezellig.

De speciale gast kwam langs met goede winterbanden. Dit jaar en was natuurlijk Max Verstappen "hot item". Het werd een dolle avond met veel leuke spelletjes en volop genieten. Maar zoals altijd..... Aan alles komt uiteindelijk ook weer een einde. Afscheid nemen van het vriendelijke hotelpersoneel en Obertilliach. Terugkijkend op een zeer geslaagde week die niemand had willen missen. Tot volgend jaar!



En dat diegene die dit jaar overgeslagen heeft in 2023 weer van de partij is.
Save the Date: vrijdag 27 januari 2023 – zaterdag 4 februari 2023.



SGK FIETSVAKANTIE Terschelling

Wij hebben nog een paar deelnemersplaatsen over op onze fietsvakantie Terschelling.
Vrijdag 9 tot en met vrijdag 16 september 2022.

Heb jij zin in een leuke fietsvakantie, ben je fit en kun jij heel goed fietsen?

Dan kun jij je inschrijven via www.sportbelangsgk.nl/nl/reizen.

Uiterlijk willen we de inschrijvingen graag op 30 juni a.s. hebben.



REISVERSLAG MIDWEEK SCHAIJK

Wat was het weer een feestje.

Bij uitzondering hadden we elf deelnemers. Normaal maximaal 10 deelnemers. We merken dat er steeds meer behoefte is om met deze reis mee te gaan. Zelfs drie nieuwe gezichten. Gelukkig hebben we een tof, enthousiast en gedreven team om deze groep te begeleiden.

Maandag 25 april stond iedereen bij Ockenburgh in de startblokken. Om 11 uur reden we weg met twee personenbusjes volgeladen met pakkeldarie en boodschappen. Onderweg een heerlijke pannenkoekenlunch in Buren en door naar De Fransebaan "De Buitenhorst". Uitpakken, settelen en bedenken wat we willen eten. 's-Avond borrelen, spelletjes en lekker kletsen.

Dinsdag 26 april vroeg uit de veren. We gaan naar Helmond. Kasteel Helmond viert lentefeest en daar worden wij als schildknappen verwacht. Bij aankomst dolen door de catacomben met een speurtocht en als we de opdracht goed hadden uitgevoerd zouden we in de ridderzaal tot ridder worden geslagen.

Woensdag 27 april. De vlag gaat uit, oranje opdoffen en op naar het sportpark in Schaijk om Koningsdag te vieren. Wat een geweldige activiteiten had de vereniging daar opgezet. Iedereen had het reuze naar de zin. En op z'n tijd een drankje, hapje en ijsje.



In de namiddag werden we verwacht bij De Maashorst voor een potje midgetgolf en uitgebreid koffie/thee met gebak. Daar ging het natuurlijk wel om een mooie prijs. George, onze "nieuweling" ging er dus met de eerste prijs vandoor en Cyril met de tweede prijs.

Donderdag 26 april. Boer Bens staat al klaar met paard en wagen. Met het super zonnige weer door de prachtige voorjaarskleuren van de Herper Duinen. Met de JBL speaker in de huifkar vele gezellige liedjes gezongen. - Heb m'n wagen volgeladen vol met oude w.....-



Na de bosrit zijn we weer in onze eigen stalen kar gestapt naar Wijchen waar we naar de bioscoop zijn geweest. "Sing 2" met veel mooie muziek in een prachtige ambiance. Bij thuiskomst heerlijk gegeten en werd er gestart met de bonte avond. Een spannende bingo en aansluitend een spectaculaire playbackshow. Wat een plezier en gezelligheid. Als afsluiting van deze laatste avond heeft iedere deelnemer een mooie oorkonde, medaille en een verrassende goodybag ontvangen.

Vrijdagmorgen de auto's weer ingepakt en met de middag een overheerlijke lunch bij de Poppekast in Kijkduin genoten. Zelfs daar ging ons feestje nog verder en mocht iedereen die dat wilde nog zingen bij de karaoke.

De vrijwilligers, Marcel, Arthur en Els verdienen meer dan dank. Zonder hen geen perfecte vakantie voor de groep. Heel graag tot volgend jaar. Dan staat de reis gepland van maandag 17 t/m vrijdag 21 april 2023.

REISVERSLAG VOETBALKAMP

Sportief genieten in Schaijk
(Voetbalkamp)



(Het onmisbare team)

Van zaterdag 7 mei tot en met vrijdag 13 mei 2022 hebben we met 16 vakantiegangers en 6 begeleiders sportief vakantie gevierd. De groep werd verdeeld over de begeleiders Mariska/Alex en Peter/Astrid. De perfect verzorgde catering van deze week was in handen van Koos en Wim.

Er was een gevarieerd programma opgesteld waarbij er natuurlijk voldoende gevoetbald kon worden. Op de 1e dag werd de conditie op proef gesteld want de vaardigheid was best pittig. Iedereen deed erg zijn best, aangezien er weer heel veel mooie prijzen en bekertjes te winnen waren!

Zondag werden de teams samengesteld. Het was nog een hele uitdaging om dit qua sterkte zo gelijkmatig mogelijk te verdelen. Tijdens de wedstrijden bleek dat we dit redelijk hadden ingeschat. Schuiven tussen de teams was altijd mogelijk. In de avond hadden we een speurtocht. De meeste werden steeds zenuwachtiger, maar gelukkig waren we allemaal voor het donker weer thuis.

Maandag zijn we bij boer Bens geweest, waar we begonnen met een potje boerengolf. Na deze intensieve sport, konden we uitrusten in de huifkar en genieten van de mooie natuur.



Dinsdag voetbal tegen G team in Schaijk. In de auto's werd er al flink nerveus gespeculeerd over de tegenstander. In plaats van een wekelijkse training werden beide teams gehusseld en werd er na een intensieve warming up een sportieve wedstrijd gespeeld. Iedereen kwam voldaan en met een grote glimlach van het veld af.



Woensdag hebben we de hele dag doorgebracht in een geweldig dierenpark ZieZoo. Dit dierenpark ligt pal naast de vliegbasis Volkel. Deze dag hebben we daarom afgesloten met een bezoekje aan een straaljager spot-parkeerplaats. Na een kwartiertje wachten landde een straaljager. Vlak daarna kwamen nog twee straaljagers de baan op. Wat was dat machtig om te zien! De avond thuis werd afgesloten

met leuke muziekquiz en ging iedereen moe en voldaan naar bed.

Donderdag werden de laatste wedstrijden gevoetbald. Hierna was het dan toch echt tijd voor de prijsuitreiking. De mooie bekertjes stonden klaar om opgehaald te worden. Van beste voetballer tot pechvogel en alles wat daartussenin zat.

In de avond maakte iedereen zich klaar voor de bonte avond en konden de voetjes voor de laatste keer deze week van de vloer. Verscheidende artiesten kwamen voorbij, van Adam Lambert tot Micheal Jackson. Iedereen deed keihard zijn best!

Vrijdag de dag van vertrek. Na de laatste inspectieronde door de accommodatie was het dan echt tijd om na huis te gaan.

Wat kunnen we weer terugkijken op een geweldige week. We hopen iedereen volgend jaar weer te zien.

Schrijf je in het najaar (digitaal) op tijd in want VOL=VOL.
Noteer: zaterdag 1 juli 2023 t/m vrijdag 7 juli 2023.

Tot ziens en houdoe.
Groet,
Astrid en Mariska

Vrijwilligers, Nieuws en Weetjes

DANK RONALD EN MONIQUE

Monique en Ronald Cok, zijn al een tijdje gestopt als voetbalvrijwilligers van SGK. Jullie hebben veel gedaan voor SGK, zeker in de tijd van Gijs van Wijk.

Van kleding wassen voor de G-voetbalteams tot het fluiten van de wedstrijden of andere hand-en

spandiensten. Niet snel was jullie iets teveel. Door omstandigheden is nooit een keer publiekelijk dank je wel gezegd, terwijl jullie dit verdienen en ook leuk vinden. Het had tijdens de Nieuwjaarsreceptie gekund, maar ook deze is nu reeds 2 jaar niet doorgegaan. Vandaar nu in de SGKampioen.



IN MEMORIAM KEES VAN DEN BERG

Op 20 februari 2022 is SGK sporter Kees van den Berg op 61 jarige leeftijd overleden. Kees heeft vele jaren deelgenomen aan (incidentele-)activiteiten, evenementen en reizen van de SGK. Kees was vanaf 1975 al lid.

En daar waar Kees was, waren ook leden van de familie te vinden. Als vrijwilliger of gewoon als belangstellend. Zo kent SGK een paar families waarvan niet alleen het lid echt actief is maar ook de familie. Zeer waardevol wordt deze betrokkenheid door SGK ervaren.

De Wintersportreis was het hoogtepunt van het jaar voor Kees! In de bus werd de route op zijn kaart gevolgd om aan te geven dat Obertilliach bijna bereikt was. Langlaufen dat was de sport waar Kees supergoed in was! Hij kon zelfs bij een afdaling op zijn hurken zitten.... Probeer dat maar eens na te doen!

Terug in het Hotel, was hij vaste gast aan tafel bij Hans Poederbach. Niemand anders mocht daar zitten, want daardoor kreeg Kees de kans om in de avond de microfoon te pakken en een mooi lied te zingen. Kees bedankt voor de mooie herinneringen. Rust zacht.

SPONSOREN

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

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

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

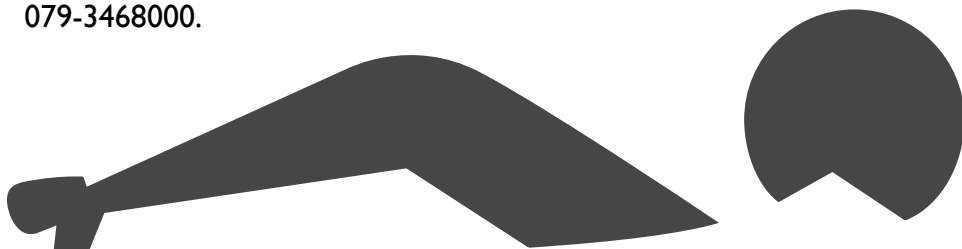
OPBOUW CONTRIBUTIE

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 2022

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 I
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 SEV tot 1 juli '22	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
18.00	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