

Merksem Handbal

NIEUWSBRIEF

JANUARI 2021

10 vragen aan (p.7)



Bregt De Cock in het vrijwilligershoekje: “Blijf bewegen” (p. 5)





VOORWOORD VAN DE VOORZITTER

Ik hoop dat iedereen 2021 goed heeft ingezet. Met de vaccins gaat het de goede kant op, dus ook met onze gemoedsrust dat we dit jaar zeker terug onze geliefde sport kunnen beoefenen. Ik ben blij dat wij als bestuur van vele van jullie steunbetuigingen hebben gekregen met de manier waarop we met deze crisis zijn omgegaan.

Onze Wijnactie ondanks de beperkte looptijd en het gebrek aan mond aan mond reclame was een succes.

Ik wens jullie voor nu alvast veel leesplezier.

Mag ik jullie tot slot wensen

Dat het kleine geluk van iedere dag

Voor jullie groot genoeg mag zijn

Om jullie af en toe

De koning te rijk te voelen

Leef het leven dag per dag

Een uitstekend jaar 2021

Sportieve groetjes

En hou het gezond



CORONA IN HANDBALLAND

Helaas nog steeds een vaste rubriek worden in onze nieuwsbrief.

20 21... Het zou ook een handbaluitslag kunnen zijn.

Toch starten we opnieuw met de trainingen van onze G-sportertjes op woensdag 20 01 2021.

Geloof het of niet maar dit jaar gaan we zeker terug live kunnen genieten van onze speler(tje)s die hun beste ik gaan voorzetten in hun wedstrijden. Begin maar al wat te bewegen want de opstart van de trainingen komt in zicht.

Bij vragen over corona of meldingen van een coronageval van een lid of inwonend gezinslid gelieve ons corona aanspreekpunt Philippe Fassin te contacteren op **+32 477 24 65 85** of via mail op **philippe@merksemhandbal.com**



EVENEMENTEN

Toch enkele kleine nieuwtjes deze keer.

In normale omstandigheden houden wij ieder jaar een Kerstkamp van drie dagen in het kerstverlof voor al onze jeugdspelers en ook voor andere clubs. Dit jaar kon dit om COVID 19 maatregelen niet op de gewone manier doorgaan. Enkel onze eigen jeugdspelers tussen 8 en 12 jaar mochten deelnemen. We waren met 16 spelertjes en Joyce en Damon Van der Goten – waar we traditioneel altijd kunnen op rekenen – verzorgden de trainingen. Ook Simon en Eda waren bereid maar door het kleinere deelnemersveld was dit niet nodig. De spelers hebben genoten van een leuke sportieve dag waarbij ze hun handbalvaardigheden verder konden verfijnen en in het afsluitende wedstrijdje onderling dit in de praktijk konden over brengen. Het moet van mijn hart dat Olse Merksem op langere termijn er goed opstaat wat talenten betreft, we hebben misschien niet de massa maar zeker een aantal spelers die op termijn ooit in aanmerking komen voor de eerste ploeg. Verheugend was ook de opkomst van een aantal meisjes. We verzorgden hen ook met een stuk fruit , een vieruurtje en een drankje tijdens de middag en konden zo terugblikken op een geslaagd Kerstkamp. Hopelijk in 2021 terug op volle sterkte.

Ook onze last minute wijnverkoop was een succes en is voor herhaling vatbaar.

WEETJES UIT HET BESTUUR

- We hebben onze jeugd U12 U14en U16 ingeschreven voor het Tornooi in de Paasvakantie in Sint Truiden op het weekend 03 – 04 april 2021. Laat ons hopen dat Corona wat wil meewerken en we onze jeugd dit toffe weekend kunnen aanbieden.
- **Luc Van Tricht is nu ook officieel voor de VHV onze nieuwe secretaris**
- Heb jij nog leuke ideeën, (wedstrijd-)verslagen of coole foto's die je graag in één van de volgende nieuwsbrieven wil zien? Wil je graag meewerken aan onze maandelijkse communicatie als bv. redacteur? Laat het ons zeker weten en stuur een mailtje naar nieuwsbrief@merksemhandbal.com !



CLUB VAN 60



Alvast bedankt aan de snelle beslissers om in ons project van de 'CLUB VAN 60' te stappen. Laat je niet tegenhouden door het succes, er is plaats genoeg om ook jou die wat meer beslissingstijd nodig had welkom te heten.

Inschrijven kan nog steeds via onze website:

www.merksemhandbal.com/club-van-60

Na de inschrijving ontvang je zo snel mogelijk verdere instructies.



FUNCTIEOMSCHRIJVINGEN

In deze editie bekijken we onze

KINESIST

Danny Moens Kinesist, manueeltherapeut, functional trainer

Danny Moens voorstellen is een open deur intrappen..

Danny is sinds mensenheugenis onze huiskinesist want sinds 1982 is hij bij Merksem Handbal. Van klein tot groot, iedereen van onze club is bij Danny, zijn broer Frank en hun team in de Paalstraat 197 te Schoten, dat in januari 1983 zijn deuren opende, welkom EN in goede handen.

We kunnen op beide broers en hun team steeds bouwen en terugvallen als er iemand een pijntje heeft op training, een belletje en Danny is binnen de kortste keren op weg naar de sporthal om eerste hulp te bieden. Ook tijdens de wedstrijden zit Danny of Frank steevast mee op de bank om in geval van nood medische bijstand te verlenen.

Danny is niet alleen een bouwsteen voor eerste hulp, hij is ook ons aanspreekpunt bij SPM Monica te Deurne. Het specialisten team van Dr. Geert Declercq en Dr. Frederick Verstreken kent voor hem geen geheimen. Via Danny is het dan ook een zekerheid dat je geen weken moet wachten om door hen behandeld te worden.

Danny is ook de vertrouwenspersoon van onze fanionteams, terwijl ze bij hem in behandeling zijn kunnen ze gerust hun hart uit storten. Bij Danny vinden ze steeds een luisterend oor. Met een lach en een zwans komt de waarheid niet alleen uit een kindermond.

Danny is echter veel meer dan onze clubkinesist, hij is onze eerste supporter en staat het bestuur bij met raad en daad. Trouwens niet alleen dat maar hij is ook steeds mee op zoek naar sponsors.

Danny is, Danny helpt, ... we kunnen zo nog wel een tijdje doorgaan maar om te eindigen

DANNY IS EEN GODSGESCHENK VOOR ONZE CLUB.





HET VRIJWILLIGERSHOEKJE

Er is geen club die niet drijft op het enthousiasme van vrijwilligers die de vele taken, die de goede werking van een club verzekeren, willen uitvoeren. Dikwijls werken ze onzichtbaar achter de schermen, en zijn ze dan ook voor velen onder ons onbekend

Stel je zelf eens voor:

Ik ben Bregt De Cock, ploegbegeleider van de U12. Ik ben getrouwd en heb 3 kinderen,

Hoe ben je met handbal in contact gekomen?

De handbalmicrobe is in ons gezin terecht gekomen doordat onze dochter (Joline, U12) een handbalinitiatie kreeg op school waarna ze gestart is met de bewegingsschool. Een paar jaar later is onze jongste zoon (Lukas, U8) ook via de bewegingsschool met handbal begonnen.

Hoe ben je in het vrijwilligerswerk gerold?

Door steeds aanwezig te zijn bij de trainingen en wedstrijden ontstaat er een goed contact met de andere ouders, trainers en andere medewerkers van de club. Door het doorschuiven van de vorige ploegbegeleider van de U12 naar de U14, is de vraag om ploegbegeleider te worden dan bij mij terecht gekomen. Vermits mijn vrouw of ik toch steeds aanwezig zijn, is het maar een kleine moeite om dan ook mee te helpen bij wedstrijden, de trainers te ondersteunen in de communicatie naar de ouders, ...

Heb je zelf ooit handbal gespeeld?

Ikzelf heb nooit handbal gespeeld, langs mijn kant heeft de microbe een generatie overgeslagen, vermits mijn vader vroeger nog in de jeugdreeksen heeft meegespeeld (nvdr: Paul De Cock uit de generatie met o.a. Guido Hens) en het tot in de tweede ploeg geschopt heeft. Door het contact met andere ouders kwam na een tijdje de vraag om deel te nemen aan de FIT-handbal Ik heb hierop gepast, maar mijn vrouw is er wel op in gegaan.

Wat trekt je vooral aan bij Olse Merksem Handbal?

Wat me vooral aantrekt bij OLSE is het familiale en ongedwongen karakter, er heerst een goede sfeer en een goed contact tussen de ouders onderling. Dat zorgt er voor dat ook de evenementen die georganiseerd worden zeer gezellig verlopen.

Hoe breng je de coronatijd door bij gebrek aan handbal?

Tijdens de maanden waarin het voorbije jaar geen sportactiviteiten konden doorgaan, zijn we er met het gezin regelmatig op uitgetrokken om enkele kilometers te gaan wandelen om toch wat in beweging te blijven. Daarnaast spelen we ook regelmatig wat gezelschapspelletjes of houden we een filmavond met de nodige snacks erbij.

Heb je nog een speciaal woordje voor onze leden?

Ik zou dan ook alle leden willen aanraden om binnen de mate van het mogelijke toch wat in beweging te blijven zodat de conditie niet helemaal van nul terug opgebouwd moet worden van zodra de trainingen terug ten volle hervat kunnen worden. Blijf vooral ook alle regels goed volgen ook al is het soms moeilijk en duurt het lang, zodat we zo snel mogelijk terug naar de oude manier van trainen, spelen, leven kunnen terugkeren



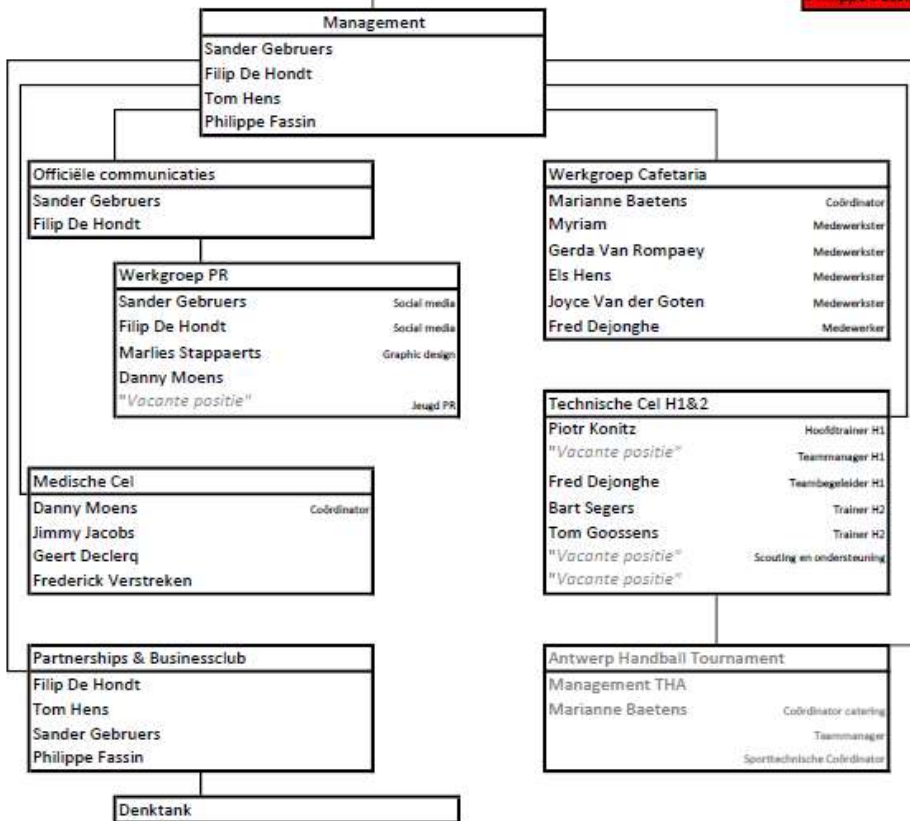
Bregt De Cock



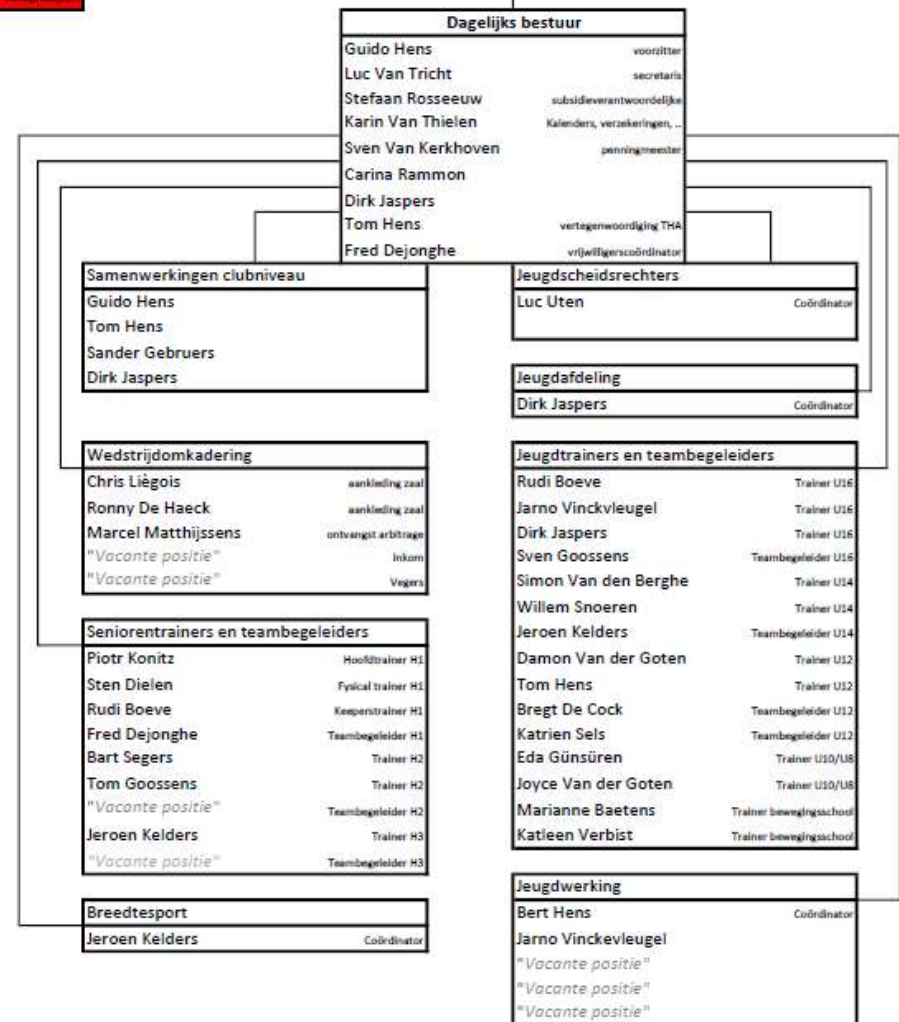
MERKSEM HANDBAL

TOP HANDBAL ANTWERPEN vzw

CORONA & API
Philippe Fassin Aanspreekpunt



OLSE MERKSEM HC vzw





HANDBALL EVOLUTION

10 VRAGEN AAN ...

'JENEVERKES AAN DE KAAIEN TOT HET DONKER WORDT'



We zien elkaar veel minder dan we zouden willen. Daarom legt Simon Van Den Bergh, oftewel: de Paul Jambers van Merksem, iedere nieuwsbrief tien vragen voor aan twee leden van een van onze teams. Hoe beleven zij deze vreemde periode? Wat missen ze? Waar kijken ze naar uit? Wie zijn ze en wat drijft hen? Zo blijven we toch een beetje verbonden nu ons favoriete spelletje niet toegelaten is. De sprekers van dienst in deze brief zijn zeker niet de minste: Marianne en Joyce, moeder en dochter, al jaar en dag de drijvende kracht achter het vrijwilligersteam. De ene even streng als liefdevol voor al wie zich voor, achter of op haar toeg bevindt, de ander springt bij waar ze kan en ontfermt zich over onze U10tjes. Sinds corona is hun handbalactiviteit ferm geminderd. Nu mist de ene het gezever van de moe-getrainde herenteams, de ander helemaal niet.

1) Hoe vul je jouw dagen tijdens een lockdown?

MARIANNE: Ik ben nog altijd aan het werk. 's Avonds doe ik de was en de plas en doen we samen van alle gezellige dingen. Met de hond gaan wandelen bijvoorbeeld. Onlangs hebben we er eentje uit het asiel gehaald. Dat was een bewuste keuze, want een puppy is leuk maar in een asiel zitten al sukkelaars genoeg. Het is een kruising tussen een labrador en een scheper geworden. Pekzwart, met een witte stip op zijn buik. Hij heet Rocky, is vier jaar en gelukkig. En wij dus ook. (*knipoogt*)

JOYCE: In de dag vooral met mijn studies orthopedagogie. In mijn vrije tijd ga ik wandelen en sporten: joggen en krachttraining, van die dingen.

2) Wat mis je het meest aan handbal?

MARIANNE: De gezelligheid van iedereen. De cafetaria, de herenploegen,... De babbel en het gezever van jullie allemaal, ook van de eerste ploeg.

JOYCE: (*Plagend*) Dat laatste geldt enkel voor haar. Ik mis de sociale contacten. De handbalploeg (*Joyce speelt bij de dames van zusterclub Brasschaat, red.*) is toch de groep waar je het dichtst bij staat in je leven, omdat je die het vaakst ziet. Nu is dat niet zo en dat is een beetje lastig.

3) Wie mis je het meest van op de handbal?

MARIANNE: Ooh! U hé Simon! (<3, *red.*)

JOYCE: (*Warm*) Myriam. Omdat ze een soort van handbalbomma is voor mij.

4) Hoe blijf je fit?

MARIANNE: Gewoon door te bewegen. Wij zitten nooit stil.

JOYCE: Wandelen, lopen,... Ons mama vooral wandelen dan. Als ik ga lopen fietst ze meestal mee.

MARIANNE: Leuk, hé!

5) Wie is je knuffelcontact?

JOYCE: Dat van mij Inez. Daar hebben we Nieuwjaar mee gevierd.

MARIANNE: Ja, en zo is ze ook ineens mijn knuffelcontact. Ze is de enige die hier thuis binnenkomt.

6) Hoe blijf je in contact met je vrienden?

MARIANNE: Whatsapp.

JOYCE: Facetimen en buiten samen gaan wandelen, dat mag wel.

7) Heb je een nieuwe favoriete plek in je buurt ontdekt?

MARIANNE: We gaan vaak wandelen op het Nieuw-Zuid.

JOYCE: Aan de kaaien. Daar drinken we geregeld wat jenever.

MARIANNE: Amaretto of cactus. Een hele fles!

JOYCE: Het is tof dat je voor zo'n dingen tijd hebt nu. We zitten daar dan tot het donker wordt.

MARIANNE: Niet bij ons donker, hé!

JOYCE: Tot de zon ondergaat, bedoelde ik. (*gelach*)

8) Wat heb je over jezelf geleerd tijdens de corona-periode?

JOYCE: Dat ik vooral een sociaal beest ben. Steeds met dezelfde drie mensen hier binnen zitten, daar kan ik niet zo goed mee om. Dan zonder ik me af.

MARIANNE: Ze gaat dan op haar kamer zitten op haar laptop.

JOYCE: Dat is niet waar. In de eerste lockdown zonderde ik me af door weg te zijn, te gaan sporten. In de tweede lockdown doe ik dat door te studeren. Of dat zeg ik toch, het is een goed excuus (*lacht*). Maar ik heb dus van mezelf geleerd dat ik andere mensen eigenlijk echt wel nodig heb.

MARIANNE: Ja, wij zijn echt wel heel sociale mensen, die het contact en het gezelschap van de mensen missen.

9) Wat ga je als eerste doen als alles terug mag?

MARIANNE: Oh! Mij ladderzat zuipen en blijven slapen in de cafetaria. Maar zet dat maar niet in uw verslag. (*lacht*)

JOYCE: Natuurlijk wel! Ik ga heel veel feesten en iedereen aanraken.

MARIANNE: Joyce heeft huidhonger.

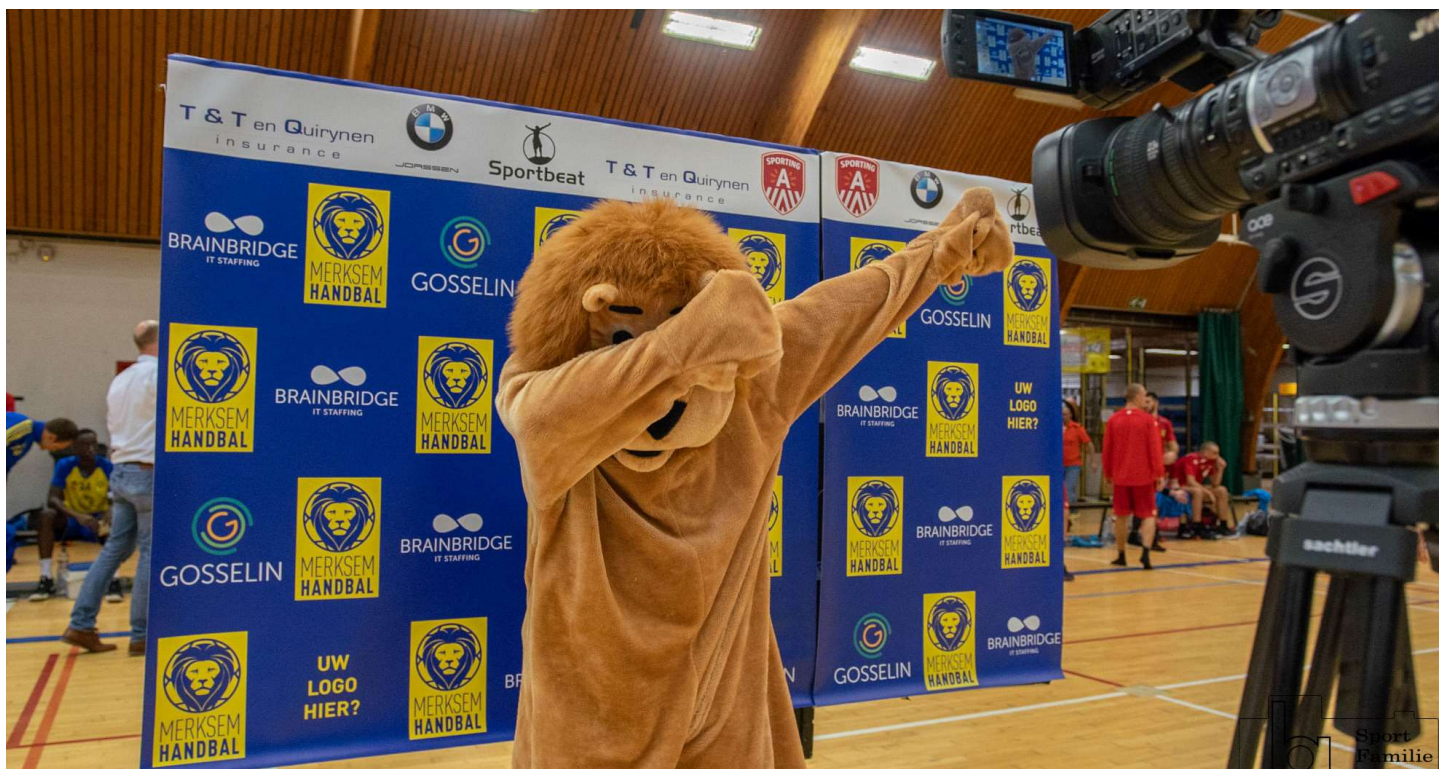
JOYCE: Niet iedereen natuurlijk, maar ik wil gewoon weer iemand aanraken of knuffelen zonder dat je daarbij moet nadenken of die persoon dat wel oké vindt. En vooral handballen!

MARIANNE: En weer in de cafetaria staan.

10) Boodschap aan je handbalvrienden:

MARIANNE: ik hoop dat iedereen gezond en wel weer op de handbal mag verschijnen binnenkort. Heel belangrijk vind ik dat.

JOYCE: Ik denk dat iedereen moet weten dat het oké is als je het eens moeilijk hebt. Ik wil gerust eens een praatje met je doen als je daar nood aan hebt. Ik heb het zelf ook wel eens moeilijk met de hele situatie, dus ik snap het als je eens wil babbelen of je gedachten wil verzetten.



EVENT DATA

Met in achtnahme van de geldende coronamaatregelen!

Indien Corona het toelaat

Zaterdag 06/02/2021

U8-U10 10u00 Heist O/D Berg
 U12 14u15 OLSE – Uilenspiegel
 U14 12u30 OLSE – Uilenspiegel
 U16 ????? Rhino – OLSE
 Heren 3 16u15 OLSE – Brasschaat

Zaterdag 20/02/2021

U12 ????? Sasja – OLSE
 U14 ????? Sasja – OLSE
 Heren 3 17u00 OLSE – Schoten
 Heren 2 19u00 OLSE – A Kortrijk



Toekomstige wedstrijden zullen op de website (www.merksemhandbal.com) verschijnen van zodra er van een heropstart sprake is. Je kan ons ook volgen via onze facebookfanpagina (www.facebook.com/MerksemHandbal) en andere sociale media zoals Instagram en LinkedIn (www.linkedin.com/company/olse-merksem-handbal)