

speedo®



DECATHLON

Verrassingsweekend “Groenen” 1 sep t/m 3 sep



Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be

The Speedo logo, featuring the word "speedo" in a black, italicized sans-serif font with a red arrow pointing to the right.The Decathlon logo, featuring the word "DECATHLON" in a white, bold, sans-serif font, centered within a blue rectangular box.

IN EEN NOTENDOP

HALLO

SAMEN OP WEEKEND

DE IDEALE VALIES *(wat neem je mee)*

PRAKTISCHE INFORMATIE

VERLOREN VOORWERPEN

MEDISCHE FICHE

Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be



HALLO

Beste zwemmers en ouders,

Om het nieuwe seizoen al op gang te brengen gaan we op verrassingsweekend met de zwemmers uit de competitiegroep.

Wij als trainersgroep zijn enorm blij dat jullie met zo vele zijn ingeschreven.

Ook hier is het motto “ de afwezigen hebben ongelijk!” van toepassing.

(degene die toch nog willen meegaan kunnen zich nog steeds inschrijven en dit tot en met 24 augustus.)

Langs deze weg willen we jullie al wat info meegeven maar natuurlijk ook nog niet teveel ☺.

Op de laatste pagina kunnen jullie een medische fiche vinden, mogen wij vragen deze ingevuld terug te bezorgen (mailen naar Jan Helsen) vóór 31 augustus.

Mocht je in tussentijd nog vragen hebben kan je met Koen Meurs (0460/95.43.54) of Jan Steurs (0478/22.38.46) contact opnemen.

Geniet nog van jullie laatste dagen schoolvakantie en tot 1 september!

De trainersgroep

Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be



SAMEN OP WEEKEND

ZGEEL heeft ervoor gekozen om jullie goed te willen informeren over bepaalde zaken vooraleer we op weekend vertrekken.

Om dit weekend tot een geslaagd teambuildingsactiviteit te maken vraagt dit echter goede afspraken.

Smartphone

Je mag je GSM/ smartphone meenemen en gebruiken tijdens het weekend, zolang het de groep of activiteit niet stoort. Daarom worden hierover afspraken gemaakt tijdens het weekend zelf. Mocht je tijdens het weekend niet aan deze afspraken kan houden zullen de verantwoordelijke trainers je GSM in borg nemen tot na het weekend. Ook zullen ze persoonlijk de ouders een sms sturen zodat ook zij weten dat je niet meer bereikbaar bent. Je kiest ervoor om mee te gaan op dit verrassingsweekend, daarom laat je beter je tablet thuis. ZGEEL is niet verantwoordelijk voor verlies, schade of diefstal.

Alcohol of energiedranken

Dit weekend is alcoholvrijweekend. Alcoholische dranken meebrengen van thuis kan absoluut niet.

Nachtrust

Omdat het na dit verrassingsweekend op maandag weer gewoon een schooldag is kiezen we voor voldoende nachtrust om optimaal van het weekend te kunnen genieten. Gelieve dan ook de nachtrust van iedereen te respecteren door je aan de gemaakte afspraken te houden.

Privacy

We respecteren ieders privacy. Momenten van slapen en wassen zijn gescheiden tussen jongens en meisjes.

Snoep en koek

Tijdens dit weekend is er een moment ingelast waar ook het bovenste van de voedselpiramide aan bod zal komen. Mogen wij vragen om dit zelf **niet** van thuis mee te brengen.

Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be



DE IDEALE VALIES (*wat neem je mee*)

Uiteraard kan je onderstaande lijst nog aanvullen naar persoonlijke behoeften. Zorg er wel voor dat je enkel meeneemt wat je echt nodig hebt. Dure kledij en materialen heb je niet nodig tijdens dit weekend en laat je dus beter thuis. ZGEEL is niet verantwoordelijk voor schade, verlies of diefstal.

In je reistas

- Kledij

- Voldoende ondergoed
- Voldoende kousen
- Shorts
- T- Shirts
- (Warme) trui
- Lange broek
- Regenkledij
- Jas
- T-shirt ZGEEL (deze doen we aan bij elke groepsactiviteit)

- Slapen

- Slaapkledij
- Hoeslaken, kussensloop en slaapzak of dekbedovertrek
- Knuffel

- Schoenen

- Gemakkelijke schoenen
- Sportschoenen
- Binnenhuispantoffels/slippers

- Hygiëne

- Handdoek(en) en washandje(s)
- Zeep en shampoo
- Borstel of kam, haaraccessoires voor de meisjes
- Tandborstel, tandpasta en beker
- Zakdoek
- Zonnecrème
- Muggenmelk

Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com
IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be



- Maandverband

- Allerlei

- Pet
- Zonnebril
- Fluo-vest (**verplicht** te dragen bij het vertrek)
- Leesboek/strips
- Keukenhanddoek
- Fiets die in orde is
- Fietshelm

Identiteitskaart

Personen moeten in het bezit zijn van een identiteitskaart waarvan de geldigheidsdatum nog niet verlopen is. Het is handig om ook een copie van je identiteitskaart in je bagage te steken. Bij het vertrek moet je je identiteitskaart samen met de medicatie afgeven aan Jan Steurs.

Zakgeld

We zijn ervan overtuigd dat er geen zakgeld moet meegegeven worden voor dit weekend. In principe is alles inbegrepen in de deelnameprijs.

Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be



PRAKTISCHE INFORMATIE

Vertrek en aankomst

Het juiste vertrek is een halfuurtje vervroegd.

We vertrekken om 18u30 aan het zwembad.

Voor het vertrek dien je je fiets goed na te kijken zodat je met een fiets die in orde is mee kan vertrekken.

Mogen wij ook vragen om een fluovestje (verplicht) aan te doen en een fietshelm (aan te raden) op te zetten.

De bagage moeten we niet op de fiets meenemen. Er wordt door het bestuur een auto voorzien die onze bagage naar de juiste plaats brengt.

Er is gekozen om te fietsen naar onze verblijfplaats via het fietsrouten netwerk.

Ter info: We worden gevolgd door een "bezemwagen" mochten er toch problemen voordoen met de fiets.

Ook fietsen er 2 bestuursleden mee die ons op een veilige manier laten oversteken.

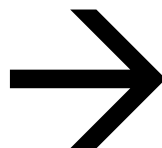
Mogen we vragen dat jullie op vrijdag 1 september tegen 18u aan het zwembad zijn?

Zo kunnen we tijdig beginnen met de bagage in te laden en zo kunnen we ook op tijd vertrekken met de fiets.

Zorg dat je voor de fietstocht al een goede maaltijd hebt genuttigd, na het fietsen krijg je nog "een dessert" aangeboden door ZGEEL.

Het exacte aankomstuur van thuiskomst op zondag kunnen we nu nog niet medelen. Dit zal in de namiddag zijn.

Er zal via de Facebookpagina van ZGEEL tijdig (+/- 30min. voor aankomsttijd) gecommuniceerd worden.



Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be



Mochten er op het thuisfront bepaalde zaken gebeuren waardoor jullie contact wensen met jullie kind of trainer kunnen jullie ook altijd Koen Meurs (0460/95.43.54) of Jan Steurs (0478/22.38.46) bereiken.

Medische gegevens en medicatie

Heb je aanvullende medische informatie die niet op je medische fiche staat, contacteer ons op voorhand.

Geef je medicatie genaamtekend en in de originele verpakking samen met de bijsluiters af Jan Steurs. Voeg hierbij ook een gehandtekend overzicht van de in te nemen dosering en momenten van inname. Bij medicatie op voorschrift moet dit overzicht door een dokter gehandtekend worden. Bespreek dit zeker ook bij vertrek.

Wettelijk gezien mogen wij als organisatie geen medicatie toedienen aan uw kinderen.

Wij hebben voor het weekend dus enkel verband ed. voorzien.

Gelieve de medische fiche, zie achteraan dit document, grondig in te vullen en alle informatie die nodig is ook mee te geven. Deze informatie zal vertrouwelijk behandeld worden, maar kan ons als begeleiders zeker helpen moest er zich een noodsituatie voordoen.

Op de medische fiche kan u ook aangeven welke medicatie uw kind mag innemen onder bepaalde voorwaarden. Gelieve deze medicatie zoals hierboven beschreven in een gepersonaliseerde plastic zak mee te geven.

Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be



VERLOREN VOORWERPEN

Na ons weekend kan het zijn dat we achter blijven met een flinke reistas verloren voorwerpen. Én dat hebben we liever niet. Daarom vragen we met aandrang om alle kledij en materiaal te naamtekenen.

Ben je na je weekend toch iets kwijt of heb je iets te veel meegenomen: laat het ons zo snel mogelijk weten!

Tijdens de éérste zwemweek kunnen deze spullen afgegeven (of geruild) worden.

Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be



MEDISCHE FICHE

In te vullen en terug te bezorgen (mailen) aan Jan Helsen voor 31 augustus.

Naam zwemmer:

Adres:

Geboortedatum:

GSM nummer:

Te verwittigen bij noodsituatie:

Naam ouders:

Tel/GSM nummer:

Contactgegevens Huisarts:

Naam Arts:

Tel/GSM nummer:

Medische gegevens:

Bloedgroep (indien gekend):

Werd uw kind gevaccineerd tegen tetanus (klem)? Ja/Nee

Datum vaccinatie:

Lijdt uw kind aan :

Astma: Ja/Nee

Suikerziekte: Ja/Nee

Epilesie: Ja/Nee

Hartaandoeningen : Ja/Nee

Zoja, welke specifieke aandachtspunten dienen hiervoor in acht te worden genomen?

Lijdt uw kind aan allergie? Ja/Nee

Zoja, voor welke stoffen ?

Welke reacties veroorzaakt deze allergie?

Welke maatregelen/medicatie zijn hiervoor van toepassing?

Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be



Medicijnenattest:

Indien uw kind tijdens de stage een medicijn moet nemen:

Naam medicijn:

Vorm:

Dosering:

Tijdstip en frequentie:

Hoe bewaren:

Specifieke aandachtspunten:

Indien de begeleiding niet onmiddellijk in de mogelijkheid is om een arts te raadplegen of indien het ziekteverschijnsel niet van die aard is om een arts te raadplegen, geef ik de begeleiding de toestemming om volgende medicatie toe te dienen:

De desbetreffende medicatie is voor het vertrek afgegeven aan de begeleiding.

Junifen of Nurofen (pijnstillend/koortswerend):	Ja /Nee
Dafalgan (pijnstillend/koortswerend):	Ja/Nee
Motilium (misselijkheid) :	Ja/Nee
Medica (Keelpijn):	Ja/Nee
Hirudoid (Inwendige bloeduitstorting) :	Ja/Nee
Mobilat (spierpijn) :	Ja/Nee
Qualiphar (neusbloeding) :	Ja/Nee
Flamigel (brandwonde) :	Ja/Nee

Specifieke aandachtspunten bij het toedienen van de hierboven vermelde medicatie

Zijn er nog bijzondere medische aandachtspunten waarmee we rekening dienen te houden:

Handtekening ouder,

Ik bevestig de juistheid en de volledigheid van de hierboven gegeven inlichtingen:

Datum:

Naam:

Handtekening:

Graag ook een sticker van de mutualiteit opkleven.

Zwemclub Geel VZW

Maatschappelijke Zetel: Ossemeer 80, 2440 Geel

(Sport)Secretariaat: Lichtaartseweg 72, 2250 Olen, tel. 0032 495 58 66 33, zgeel.sportsecretariaat@gmail.com

IBAN: BE30 7509 0796 3511 BIC: AXABBE22 Ondernemingsnr. 0893931313 Website: www.zgeel.be