

Deze nieuwsbrief komt 3 à 4 keer per jaar uit. De volgende kopij graag inleveren voor 18 dec 2020

Van de redactie

Dit keer een wat dunnere uitgave van de Nieuwsbrief. De reden is natuurlijk duidelijk, de roeiers zien elkaar niet, sommige vrijwilligers beginnen weer te komen. Ik hoop als hoofdredacteur dat de volgende nieuwsbrief wat voller zal zijn met jullie artikelen. In deze uitgave lezen jullie over twee roeiers, Denis en Jeanne. Zij hebben met mij aan de koffie gezeten in de kantine aan de Crooswijksebocht. Twee mooie verhalen van zo maar twee roeiers van de SRV. In de komende nieuwsbrieven wil ik jou natuurlijk ook eens interviewen. Laten we hopen dat we elkaar snel ontmoeten en dat we weer het water op kunnen! Ik heb zelf eind september weer geroeid met een andere vrijwilliger om mijn techniek wat bij te schaven. Veel plezier en geduld toegewenst en we zien elkaar gauw, ja toch?

Je kunt mij altijd mailen naar j.vermaak2@gmail.com

Jan Vermaak
Hoofdredacteur



Van de voorzitter

Net nu we voorzichtig, na ruim een half jaar stilstand weer willen beginnen met roeien, zien we de coronabesmettingen in het Rotterdamse weer oplopen. Dit zal ongetwijfeld ook onze voorzichtige start beïnvloeden. De vrijwilligersdag, gepland op 6 oktober, is al wel op voorhand gecancelld.



Het is al met al een bizarre tijd. Zo'n "lock down" brengt veel eenzaamheid en ook veel schade. Zowel economisch als persoonlijk ondervinden we veel hinder. Maar het geeft ons ook tijd van bezinning over hoe onze maatschappij werkt en hoe alles van elkaar afhankelijk is.

En we pakken zaken op waar we anders niet toe komen.

Zelf heb ik vele werkzaamheden in mijn tuin en aan de schuur uitgevoerd die ik normaal nooit zou doen. Ook ben ik veel op pad geweest met mijn boot en heb veel gelezen. Maar je mist toch de vele contacten in deze periode. Ik weet niet hoe het anderen vergaat. Misschien lezen we daarover in deze nieuwsbrief.

Het bestuur heeft in deze periode twee maal vergaderd. Een keer via de computer via het programma Zoom en een keer in de kantine met 1,5 meter afstand. Daarnaast veel contact via WhatsApp.

Het is leuk om vergaderen via Zoom eens mee te maken en te ontdekken dat dit werkt in tijd van nood, maar vergaderen aan een gezamenlijke tafel is toch wel veel prettiger.

Wij hopen met z'n allen dat de oplopende coronabesmettingen zich niet zullen doorzetten in een volgende landelijke "lock down" en het zich tot de regio's zal beperken. We zien met smart uit naar de mogelijkheden om het roeien weer op te pakken.

Op de laatste twee pagina's van deze nieuwsbrief hebben we een protocol opgesteld voor roeiers en vrijwilligers.

Paul de Waal



In de roeiboot met....

..... Denis Akkermans



Elke maandag is deze roeier te vinden aan de Crooswijksebocht. Hij is inmiddels 69 jaar en kwam in contact met de SRV toen hij een keer uit Overschie kwam fietsen en op de Rotte een roeiboot zag. "Wie zijn jullie?" riep hij gewoon vanaf de kant.

"Wij zijn van de SRV..!". "Dat wil ik ook, kan ik lid worden bij jullie?" Zo kwam Denis dus in contact met de roeiers en vrijwilligers van de SRV. Deze kennismaking was voor Denis best goed, want hij vindt het over het algemeen best moeilijk om contact te maken met anderen.

Denis heeft een hart- en hersenbeperking, hij heeft zijn therapie gehad in Capelle aan den IJssel. Hij houdt van roeien, omdat je dan vele spieren gebruikt. "Het pakt je hele lijf", vindt hij.

Hij vertelt: "Ik vond de corona-stilte eigenlijk heel normaal, want ik heb dat zelf natuurlijk al vele jaren zelf ondervonden. Bij ons op de afdeling was ik met bezigheidstherapie vaak alleen bezig met mecano, maar ook met andere constructiesystemen, zoals Knex. Ik heb dus al heel veel achtbanen gemaakt met diverse materialen. Ik kreeg ook vele oude dozen mecano van vrienden en bekenden. Ik noemde dat sloop mecano. Ik was er gek mee, maakte van alles en nog wat en kreeg ook steeds meer dozen. Die techniek boeit mij nog steeds"

Tijdens het gesprek vertelt Denis dat hij de loods al heel lang kent. "Sinds 1968 kwam ik hier al langs met Nautilus, daar roeide ik toen. Ik heb zelfs met de acht meegedaan in onderlinge wedstrijden."

"We gingen vroeger ook met de zeeverkenner varen op de Bergse Achterplas en wat ik nooit zal vergeten, zijn de kampen in de Biesbosch. Dat waren altijd hele leuke weken, echt genieten!"

Denis houdt ook van muziek, maar nog meer van de techniek van de muziek, dus platen draaien als een DJ vindt hij te gek. Hij heeft ook thuis veel oude pick-ups, die je bij hem kan huren. 'Digitale muziek vind ik minder mooi klinken, geef mij maar analoge muziek, die vind ik veel mooier en voller klinken. Als DJ wil ik niet meer langs komen, ik heb gemerkt dat de mensen liever gezellig praten met elkaar of ze zitten op hun telefoon, het luisteren doen ze niet meer zoals vroeger".



Na afloop worden de boten weer schoongemaakt, dit keer door Lilian (vrijwilliger op de woensdag)



In de roeiboot met Jeanne van de Sande



Jeanne is al bijna twintig jaar lid van de SRV...! Ze heeft haar sporen bij de roeivereniging dus wel verdiend. Ze roeit op de vrijdag. Vanaf haar geboorte is ze spastisch aan haar rechterkant.

Sinds 2002 zijn haar rugwervels versleten. Ze is wel mobiel op haar driewieler, een voertuig dat ze niet meer kan missen! Elke week komt ze vanaf het Noordereiland met mooi weer naar de SRV fietsen. Jeanne heeft ook haar rijbewijs en ze rijdt in een aangepaste auto.

Ze roeit in een sculboot, een uitdaging om verder te komen, ze vindt het heerlijk!

Ze deed vorig jaar mee met de 24uurs race op de Rotte, voor Rijnmond.

Ze maakt graag contact met anderen, ook binnen de SRV.

Ze heeft vroeger 10 jaar in een kinderdagverblijf gewerkt, ze moest helaas stoppen door een versleten rug. Ruim acht jaar doet ze aan yoga, daar heeft ze gelukkig veel baat bij om de spieren rustig aan te trainen.



Ze vertelt: "Ik maak graag kleding, want dat vind ik leuk om te doen. Daarnaast puzzel ik en luister graag naar luisterboeken. Ik werd uitgenodigd door mijn therapeut Cor Sier (voorzitter van ECNR) om naar Ahoy te gaan om de kunst van Boymans te bezichtigen. Dit was natuurlijk een unieke kans om



dit mee te maken. Ik reed daar op een elektrische fiets en kreeg een persoonlijke begeleider. Door deze uitleg kwam de kunst meer tot leven, het sprak mij zeker aan. Later werd ik ook nog

geïnterviewd door TV Rijnmond. Dat was heel erg leuk"

In de wintermaanden komt ze met haar auto naar de SRV. Ze roeit regelmatig met Jeanette, Faaria of Angela. Ze wordt ook wel eens als meeroeier ingezet. "s Winters ga ik al 16 jaar op de wintersport lekker skiën met begeleiding van SSO (Stichting Samen Ontspannen). Het is een één op één begeleiding, ik vind dat natuurlijk heerlijk...! Ik zoef nu dus al jaren lekker op de latten de rode piste af! "



We roeien weer

Net toen het een beetje voorjaar begon te worden in maart dit jaar, brak de coronacrisis uit en moesten we acuut stoppen met roeien, dat was iets waarmee niemand rekening had gehouden. We wisten ook niet hoe lang het ging duren, al met al hebben we een half jaar het roeien moeten missen. In juni zijn de dagkapiteins voorzichtig begonnen met koffie en thee bijeenkomsten voor de diverse dagploegen, zodat we elkaar weer konden ontmoeten. Het was fijn elkaar weer te zien en uit te wisselen.

Er klonken op een gegeven moment bij diverse roeiers en vrijwilligers geluiden dat zij er naar uit keken om weer het water op te gaan.

We zaten nog in de corona tijd maar met het bestuur en de dagkapiteins hebben we gekeken hoe we dat op verantwoorde wijze weer konden oppakken. We hebben toen een protocol gemaakt op basis van de regels van RIVM. In september zijn we weer begonnen met roeien. Weliswaar met een beperkte groep, niet iedereen is in staat of durft het aan in de huidige situatie met corona. Maar ook al is het met een kleine groep dat we begonnen zijn, je merkt dat mensen blij zijn dat we weer kunnen gaan, en buiten in de boot voelt het weer vrij. Hopelijk kunnen we met inachtneming van de regels het roeien voorlopig voortzetten.

Marian Dozy



Vanaf september zijn we weer voorzichtig gestart met het roeien. Hier de woensdaggroep aan het werk.

Oplossing visitekaartjes uit de vorige Nieuwsbrief:

visitekaartje

**V. WILDOP
ETALEUR
TAARLO**

oplossing: Paul de Waal voorzitter

visitekaartje

**E. DE GOA
DECLAMATOR
MILAN**

Oplossing: Ada de Mol locatiemanager
(nu is dat Marian Dozy)



SRV protocol corona versie 2.0, oktober 2020

Voor het gebouw is er een protocol van RV Rijnmond, dat zal gehanteerd worden, aangescherpt met eigen punten vanwege de kwetsbaarheid van onze mensen.

Algemeen -- RIVM blijft basis richtlijn:

1. Houd afstand van 1,5 meter tot de andere mensen, dus geen handen geven
2. Mijd drukte en grote groepen
3. Was vaak je handen
4. Blijf thuis bij symptomen van corona en laat je testen

Blijf thuis bij 1 of meer klachten:

- * verkoudheid: niezen, hoesten, keelpijn,
 - * moeilijk ademen,
 - * opeens niets meer ruiken of proeven,
 - * koorts (38 graden of hoger).
- Laat je zo snel mogelijk testen op corona.**

Voor SRV:

1. Het deelnemen aan de roeiactiviteiten valt onder de eigen verantwoordelijkheid.
2. De dagkapiteins overleggen zowel met de roeiers als vrijwilligers wie aan de roeidag kunnen en willen deelnemen
3. Voor roeiers die met de tillift geholpen moeten worden bij in- en uitstappen geldt dat zij niet kunnen deelnemen.
4. Roeiers en vrijwilligers die zich extra kwetsbaar achten of om een andere reden nog niet kunnen of willen, komen niet.
5. Trek thuis je roeikleren aan (dus niet de kleedkamers gebruiken)
6. Alle roeiers en vrijwilligers nemen zelf een schoon mondkapje mee (SRV zorgt voor reserve)
7. Bij aankomst: desinfecteer je handen bij de ingang
8. Tevens bij binnenkomst een gezondheidsverklaring tekenen zoals in de horeca
9. Desinfectie materialen, (reserve)mondkapjes, ontsmettingsmiddelen, handschoenen zullen door SRV ter beschikking gesteld worden.
10. Voor het gebruik van de kantine zullen afspraken met Rijnmond gemaakt worden.
11. Botenboek zal worden aangepast zodat iedere gebruiker geregistreerd kan worden.
12. Slechtziende roeiers zullen via een stok begeleid worden naar en van de boten/steiger.



13. Bij begeleiding/ in-uitstappen van de boten via instapbeugel zal eenieder handschoenen en mondkapje dragen
14. Bij uitstappen, boten ophalen, ook allemaal mondkapje op
15. Bij roeien in de boot geen mondkapje plicht.
16. Geen 2 mensen op de stuurstoel
17. De boot en riemen goed schoonmaken, vooral die delen die met handen zijn aangeraakt
18. Voor het gebruik van de bak en de trainingsruimte gelden de regels van Rijnmond mbt desinfectie en ventilatie. Voor SRV geldt daarbij ook: in de bak mogen max 2 personen en wel op de eerste en laatste stoel, in de trainingsruimte kunnen max 2 personen tegelijk met inachtneming van een leeg trainingstoestel ertussen.
19. Als je de wc gebruikt: na gebruik bril afspreiten met desinfectie middel.
20. De deelnemers aan de roeidag hebben zelf de verantwoordelijkheid zich aan de regels te houden, zij kunnen bij afwijkend gedrag hierop aangesproken worden.

Vanaf 1 oktober 2020 moeten de sportkantines sluiten, dat houdt in dat SRV (evenals Rijnmond) de kantine gaat sluiten op de roeidagen, er wordt dus geen koffie of thee meer geschonken, het betekent dat:

- a. de roeiers bij aankomst meteen met een vrijwilliger naar de boot gaan. Ook na het roeien is er geen napraten in de kantine, neem een eigen fles water of drinken mee**
- b. voor de roeiers die met de taxi komen, geldt dat zij in de kantine mogen wachten met maximaal 3 personen, met anderhalve meter afstand en met advies van mondkapje.**
- c. voor vrijwilligers is het toegestaan om koffie of boterham te nuttigen, zolang er in de kantine geen barpersoneel aanwezig is;**

Evaluatie

Het CBB en bestuur evalueren het protocol en de handhaving daarvan regelmatig. Indien noodzakelijk of mogelijk worden regels aangepast.