

# DUIKCLUB "DE MEERKOETEN"

\*\* Clubblad Uitgave - mei 2024 \*\*

Secretariaat: Eltina Ouwehand  
eltina.ouwehand@gmail.com  
Voorzitter: Rene van der Linde  
06-39491987  
Penn.meester: Dirk Jan Ouwehand  
Opleidingen: Job Roggeveen  
Materiaal: Nico ter Steege  
Evenementen: Willem Wulfraat



Duikclub De Meerkoeten opgericht in april 1978

## ALGEMENE INFO

### FLESSEN VULLEN:

Elke duiker moet zelf zorgdragen voor een volle duikfles. Alle duikwinkels in de omgeving van Amstelveen en Vinkeveen hebben een vul mogelijkheid. Let op! Er zijn vul-installaties van 200bar en 300bar. (met zowel DIN als International aansluit beugels) Sluit je fles aan, op de juiste vuldruk.

### TRAININGEN:

Het **binnenwater-seizoen** liep van **vr.12 jan. t/m vr.19 april 2024**. Trainingen zijn om de week op vrijdagavond van 20:45 tot 22:00 uur in het Sloterparkbad, Pres. Allendelaan 3 te Amsterdam. Zwembadtrainingen vonden plaats in de "springkuil".

**Geen zwembad training; van mei t/m sep 2024. We starten weer in okt 2024.**

- Om de training voor de volle 100% te benutten, vragen wij de duikers op tijd aanwezig te zijn.
- Volg je een opleiding? Zorg dan dat alles gereed is voor aanvang van de les.
- Neem altijd je complete basis-uitrusting mee, deze bestaat uit; **duikbril, snorkel, vinnen en loodgordel.**

**Buitenwater-seizoen** seizoen 2024 loopt van vr. 26 april t/m vr.26 sep, zie "Clubagenda programma"

### CONTRIBUTIE:

Deze overmaken op IBAN rek. NL84INGB0002878244 tnv Penn.meester Duikclub De Meerkoeten.

De contributie is opgebouwd uit 3 delen:

- \* NOB-lidmaatschap € 56,=
- \* Duikclub lidmaatschap € 50,=
- \* Zwembad lidmaatschap de kosten worden achteraf berekend, afhankelijk van de huur.
- \* zie voor duikopl. en materiaal huur het info-blad
- \* contributie kan in 2 delen betaald worden.

### REDACTIE:

Stuur via een email, stukjes en foto's, maar ook je op- en aanmerkingen aan: R.van der Linde  
Activiteiten binnen de Duikclub, ga naar Facebook en Website. En laat je ook inschrijven voor de WhatsApp.

<https://www.facebook.com/koet.meer/>  
[www.duikclubdemeerkoeten.nl](http://www.duikclubdemeerkoeten.nl)

## VAN HET BESTUUR

### Algemeen

- **Jan Swinkels** is ons ontvallen. Jan was de oprichter van de Duikclub de Meerkoeten in 1978 en actief lid en duiker binnen de club. (zie memorandum in dit blad en een artikeltje dat Jan schreef het clubblad van de Meerkoeten in de jaren tachtig)
- **Mutaties** binnen het bestuur. Willem heeft de functie van secretaris overgedragen aan Eltina, zelf heeft hij de functie van evenementen commissaris ingenomen. Ook hebben we een nieuwe penn.meester dit is Dirk Jan geworden. We danken Nicole voor haar bewezen dienst. Dit alles moet nog wel op de ALV worden goedgekeurd, maar we verwachten geen problemen wat dat betreft.
- **Zwembad trainingen**, werden goed bezocht. De nu gehanteerde formule van om de week een training, valt goed onder de duikers. Er is een vaste groep zwemmers (dus lekker baantjes zwemmen) en een groep die de duiktechniek verfijnt. Voor een ieder een nuttige trainingsavond dus. Bij het verfijnen van de duiktechniek is een ieder dol enthousiast. Het blijkt dat vele van ons zijn blijven steken in oude gewoontes en het belangrijk vinden de laatste technieken te beheersen. en dat kon prima, onder begeleiding van Job en Gert.
- **Algemene Leden Vergadering 2024**, wordt gehouden op **dinsdag 21 mei** a.s. Adres: St.Leerlingbegeleiding Jan Steen, Binderij 7a, Amstelveen. Inloop 19:30 / Aanvang 19:45 uur. (zie ook de persoonlijke uitnodiging)
- Ons **Zeelandweekend** staat gepland voor het weekend van **vr.06 t/m zo.08 september**. We zijn dan weer te vinden in ons vertrouwde onderkomen; De Witte Boulevard in Renesse.
- De **Club BBQ** staat in de clubagenda op; **Vr. 05 juli** op Zandeiland #4 te Vinkeveen.
- De **Evenementen agenda** is anders van opzet, maar heeft wederom veel leuke activiteiten. In dit blad is een klein deel van de clubagenda opgenomen.

## JAN SWINKELS

Jan Swinkels is ons ontvallen op 19 februari j.l. op 92 jarige leeftijd. Jan was de oprichter van de Duikclub de Meerkoeten in 1978. Na het plaatsen van een advertentie in het plaatselijk nieuws blad.

Met de oproep aan alle geïnteresseerde personen in Abcoude die graag een duikers opleiding wilden volgen. De opkomst zo groot, dat er direct besloten werd een duikclub op te richten.

En zo geschiede. Eerst nog onder de begeleiding van de instructeurs van duikvereniging NEMO. Later geheel op eigen voeten, met Jan de Rooij en Jan Swinkels als eerste instructeurs.

Jan bleef tot op zeer hoge leeftijd actief lid en duiker binnen de club. Zijn enthousiasme en zijn ondersteunende activiteiten zorgen er voor dat de Meerkoeten in 1981 een eigen clubhuis kregen. Onder Jans leiding werden er in de begin jaren veel leuke evenementen georganiseerd.

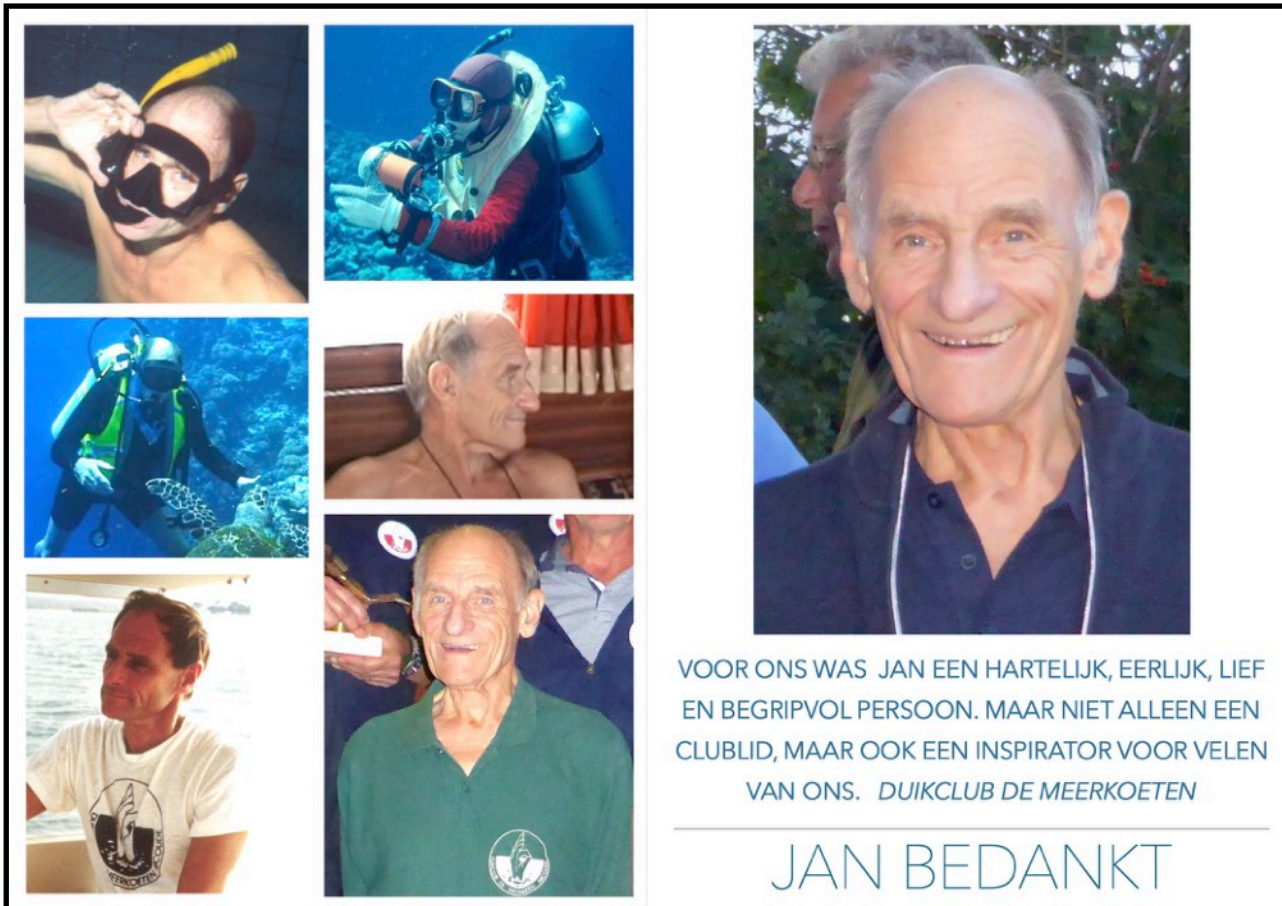
En zelfs duikreisjes gepland.

Door zijn enthousiasme kwam er een onderwaterhuis de 'SubPub' geheten en een Stadsbus in de Vinkeveense Plassen te liggen bij Zandeiland #4.

Na de sluiting in 1994 en van het Meerbad, behoorde Jan tot de groep vrijwilligers die de stichting Meerbad Abcoude hebben opgericht. Dit om het zwembad te bewaren van de ondergang. En werd er nog voor vele jaren een zwem mogelijkheid geboden voor de zwemmers in Abcoude en de zwem/polo-vereniging en de duikclub De Meerkoeten.

Na de definitieve sluiting en sloop in 2016, was Jan ook weer betrokken bij het nieuwe zwembad in Abcoude.

Voor ons was Jan een hartelijk, eerlijk, lief en begripvol persoon. Maar niet alleen een clublid, maar ook een inspirator voor velen van ons. Ieder van ons zou wat meer een Jan Swinkels moeten en willen zijn.



# STICHTING ANEMOON

Nico schreef; Beste leden, wij hebben ons aangemeld bij Stichting Anemoon. En we willen daar een mooie en leerzame aanvulling aan geven.

En wel om minimaal 4 keer per jaar (dus in de vier seizoenen) te laten weten wat wij bij Zandeiland 4 onder water tegenkomen. En dat betreft al het leven dat we zien. Planten en dieren (vissen, kreeften, krabben, slakken, kwallen, sponzen, insecten en larven). Het is mooi als je zelf al kunt benoemen wat je tegenkomt maar dat is beslist niet noodzakelijk. Het zou mooi zijn als er leden zijn die foto's kunnen maken of al gemaakt hebben en die naar mij willen doorsturen. Het hoeven geen perfecte foto's te zijn qua compositie of belichting. Graag jullie info van de duiklocatie rond Zandeiland 4 en met vermelding van de datum en tijd.

Ik maak daar een selectie van, die ik dan doorstuur naar St. Anemoon.

Als er belangstelling voor is dan kunnen we ook de foto's gebruiken om samen wat soorten te gaan determineren. Geeft je bij mij op om mee te doen aan deze interessante bezigheid.

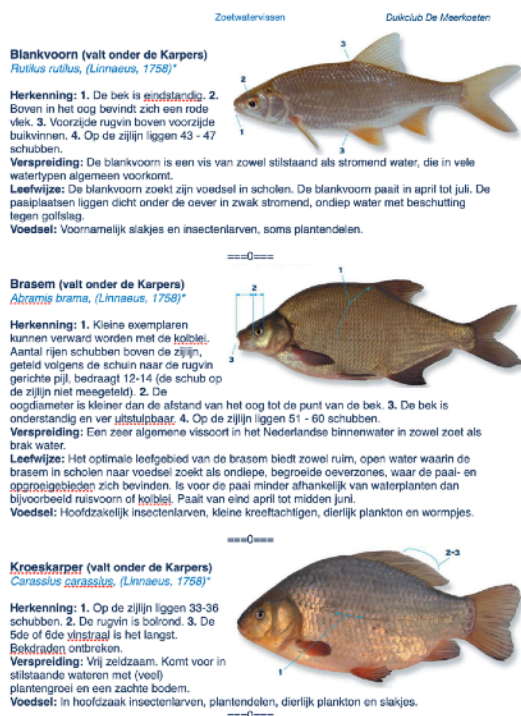
Kijk ook eens naar de website van de stichting. [www.anemoon.org](http://www.anemoon.org)

Groet, Nico



## P.S.

Ik ben zelf erg geïnteresseerd in de determinatie van de kreeften (foto van de poten met schaar) en van de vele soorten grondels. En we gaan kaartjes maken met de meest voorkomende flora en fauna rondom eiland 4. [zie onder]



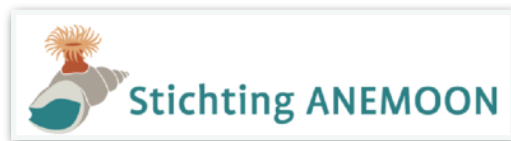
Hoe te werk;

**Voor duiker en buddy in het algemeen;** bestudeer het zelfde gebied (minimaal 4x seizoenen) en neem de tijd om alles goed in je op te nemen. Noteer situatie, jaargetij, temperatuur, aantallen, weersomstandigheden, enz.

**Voor duiker met camera en buddy;** bestudeer het zelfde gebied (minimaal 4x seizoenen)

De cameraman is bezig met het schieten van de plaatjes. De buddy maakt de notities (zie boven) en maakt ruimte en houdt de andere duikers op afstand, ivm opdwarrelend stof.

Het is dus teamwerk. En je gaat dus rustig te werk, je hoeft niet het hele duikgebied af te zwemmen. Neem een vast, maar behapbaar stukje. Het hoeft ook niet de gehele duik in te nemen.



is dé organisatie voor duikers, strand-waarnemers en andere vrijwilligers die onderzoek doen naar de Nederlandse mariene flora en fauna en naar land- en zoetwater-weekdieren.

Het is onze missie bij te dragen aan de bescherming en het behoud daarvan. Dit doen we door het verzamelen en analyseren van waarnemingen en door het vergroten van de belangstelling, de kennis en de waardering voor onze onderwaternatuur. De letters in de naam staan voor ANalyse Educatie en Marien Oecologisch ONderzoek.

## Over ANEMOON

Nederland heeft een enorme biodiversiteit aan mariene flora en fauna en land- en zoetwaterweekdieren. Voor het beschermen en behouden van deze biodiversiteit zijn door waarnemers verzamelde en door experts gevalideerde monitoringsgegevens van groot belang, omdat natuurbeleid en -beheer zich hierop baseren. Stichting ANEMOON heeft monitoringprojecten voor duikers, strand-waarnemers en vrijwilligers die bij laag water de getijdenzone onderzoeken.

Weekdierliefhebbers doen onderzoek op het land en in zoet water. ANEMOON monitort onder andere weekdieren van de Europese Habitat-richtlijn binnen en buiten Natura 2000 en doet ecologisch onderzoek naar Typische en Karakteristieke soorten van mariene Europese Habitat typen. Daarmee dragen we bij aan het landelijke Netwerk Ecologische Monitoring (NEM).

## VAN DE EVENEMENTEN COMMISSIE

*De activiteiten commissie stelt zich voor...*

**Actie!** Vinden jullie dat we als club genoeg ondernemen? Wij vinden van niet. Natuurlijk hebben we onze vaste wekelijkse hoogtepunt op vrijdagavond met een fikkie en een hapje en drankje van Marc. Later de **club-BBQ (5 juli)** en in september natuurlijk het duikweekend in **Zeeland (6 t/m 8 sept)**. Maar dat is het dan wel. Het is tijd voor meer actie en vooral ook onderwater!

Ik was niet heel gelukkig in mijn functie van secretaris en het organiseren van evenementen leek me veel leuker. Nog leuker als je dat samen met iemand kan doen. En dat hebben we kunnen regelen. Ik ga samen met Eltina leuke dingen voor jullie organiseren. Wie het secretariaat overneemt, is ook al geen geheim meer, denk ik. Eltina! Want jullie gaan de voordracht van mamma Ouwehand op de komende ALV natuurlijk ondersteunen.

### **Zonder mislukking geen succes!**

Om dat maar meteen achter ons te hebben, hadden we een duiktrip naar Limburg georganiseerd. En inderdaad zagen jullie dat om allerlei redenen niet zitten en met 3 aanmeldingen was dit de totale mislukking waar we op hoopten.

### **Wat wordt dan wel een succes?**

Eltina en ik hebben een avond bij elkaar gezeten en zijn creatief bezig geweest om een clubagenda in elkaar te draaien. Natuurlijk houden wij onze vaste clubduik op vrijdag-avond, maar elke vierde duik gaan we naar een andere plas. Dus 3x Zandeiland 4 en dan bijvoorbeeld naar de Spiegelplas. We hopen natuurlijk op speciale instructies of bijzondere verrichtingen van of met Job en Gert. Maar soms combineren wij dat met wat actie onderwater. Een aantal voorbeelden:

### **24 mei: Niet zoeken maar bergen!**

Op vrijdagavond 24 mei gaan we duiken bij de Watersportvereniging Ouderkerkerplas. Op een diepte van 1,5 meter liggen daar een flink aantal rubber matten die ooit zijn losgeslagen van de boothelling. Ze zitten deels met tie wraps aan elkaar vast, dus tijd om het roest van je duikmes te poetsen of je duikschaar te slijpen.



We hebben met de voorzitter van de zeilclub geregeld dat we als tegenprestatie die avond gebruik kunnen maken van de warme douches en het clubgebouw. Bij voldoende belangstelling heb ik mijzelf bereid gevonden daar meteen een driegang **clubdiner** voor jullie te koken (eigen bijdrage € 12,50). Laat je eigen (fris)drank thuis! Ik heb de sleutels van de bar en kan dus ook nog een biertje voor jullie tappen of een ander drankje inschenken (wel afrekenen 😊 svp). Graag even via de app of mail aangeven of je komt en of een voorkeur voor vlees/vis of vegetarisch hebt.

### **14 juni: Onderwater Stratego**

Na de Ouderkerkerplas duiken we weer 3 vrijdagavonden bij Zandeiland 4. Op één van die avonden, 14 juni, rekenen we op jullie deelname aan "Onderwater Stratego". Iets met het veroveren van vlaggen dus.

### **17 mei, 7 juni, 12 juli en 2 augustus: Stichting Anemoon**

Heb je een onderwatercamera? Meenemen! Als duikclub willen we voor de Stichting Anemoon het onderwaterleven bij Zandeiland 4 gaan monitoren. Dat betekent dus periodiek vastleggen wat we tegenkomen zodat de Stichting kan zien hoe het met de onder-waternatuur bij ons gesteld is. Het zal jullie niet verassen dat Nico dit wel wil coördineren. Jullie kunnen op jullie beurt Nico verassen met de deelname met meerdere buddies. Want er moet wel wat te coördineren vallen.

### **En verder....**

Los van de vrijdagavonden hebben we ook een aantal andere duikevents bedacht waarvoor we nog geen datum hebben gekozen:



### **Nooit meer opstijgen bij Tiel**

Als je wilt weten wat we daar mee bedoelen? Google dan maar eens op:

**duiklocatie “De Beldert”.**

### **De 12° tocht**

Dat gaat dit jaar al niet meer lukken. Het water in Zeeland is al weer een paar graden warmer, maar misschien zijn we volgend jaar wél op tijd voor de paringsdans van de Sepia's.

We rekenen op jullie enthousiasme!

(red. de evenementen agenda staat verderop in dit blad)

**Willem & Eltina**



## **UP DATE OPLEIDINGEN DUIKCLUB DE MEERKOETEN**

*Up-date opleidingen Duikclub De Meerkoeten;  
Welke opleidingen zijn er in het afgelopen jaar  
gedraaid? En welke brevetten zij er behaald?  
Hieronder geef ik je in het kort mede namens het  
instructieteam een overzicht;*

### **Voortgang en Status 2\*-opleiding:**

Allen geslaagd!

De laatste onderdelen te weten; Getijdenwater theorie- en praktijkles, Nacht- en Diepduiken stonden voor het 2e halfjaar 2023 op het programma.

Ook stond er op 3 september 2023 een “Ongeval-Simulatie” op de clubagenda die oa door de deelnemers van de 2\*-opleiding moest worden afgewerkt.

De reanimatie en buddy in nood blijven toch een zeer wezenlijk en noodzakelijk onderdeel van de

opleiding maar natuurlijk ook voor de reeds gebrevetteerde clubleden.

In de 2e week september kon de Getijdenwater praktijkles in Zeeland worden afgerond, tijdens een zonovergoten dagje Zeeland. Het nuttige met het aangename combineren heet dat...!

De Nachtmodule alsook de module Diepduiken konden vervolgens in de eerste week van oktober worden afgerond, met voor iedere deelnemer een goed resultaat.

Conclusie; het opleidings- en instructieteam vindt unaniem dat de deelnemers in staat zijn een duik te plannen en veilig uit te voeren met de zorg en verantwoordelijkheid voor elkaar.

Dank aan de deelnemers Niels, Jesse en Yorick voor hun inzet en spreek eveneens mijn dank uit voor de trainers/ begeleiders van het Instructieteam voor hun enorme inzet en het beschikbaar stellen van hun (privé) tijd!



### **Opleiding tot Duikbegeleider:**

We hadden gewild dat dit onderwerp inmiddels een “eind goed al goed” bericht zou meekrijgen, maar dat is helaas nog niet het geval.

In het vorige clubblad al even genoemd, dat de inhoud van deze opleiding meer en meer de kant opgaat van een Instructeur met vergaande bevoegdheden in de duikopleidingen.

Om er zeker van de zijn, dat alle onderdelen door de 3\*- begeleiders+ worden beheerst wordt er gewerkt met zgn “Proeve van Bekwaamheden” de PVB's.

Deze PVB's worden door collega instructeurs vanuit andere verenigingen afgenomen en zijn we daar dus gedeeltelijk afhankelijk van.

Goed en wel; dit (voor) jaar zou het met zulke ervaren deelnemers Frank, René en Nico, tot een goed eind gebracht moeten kunnen worden. Heb er alle vertrouwen in...

### **Toekomst en visie opleidingen van DC (vereniging) de Meerkoeten;**

Het credo van vandaag de dag is “Een leven lang leren”, dat geldt ook voor de duiksport omdat er voorwaarden worden gesteld voor het beoefenen ervan nl theoretische kennis en vaardigheden opdoen in de praktijk. Uiteraard wordt al deze kennis tijdens de opleidingen 1\* t/ m 3\* brevetten aangereikt, echter een volgend doel is de opgedane kennis bij te houden en zo mogelijk verder in te slijpen.

De club heeft zich ten doel gesteld, in samenwerking met het Instructieteam, het bijhouden en inslijpen als een “rode draad” door de Zwembadtrainingen en Buitenwateractiviteiten te laten lopen.

Als voorbeeld hiervan noem ik, dat in januari dit jaar er tijdens de Zwembadtrainingen met trainingsthema's is gewerkt zowel met als zonder perslucht.

De reacties zijn erg positief en lovend te noemen en een stimulans om op deze wijze met elkaar verder te gaan.

Wij kunnen dus de opleidings- en verenigingsactiviteiten naadloos in elkaar over laten gaan en daar op duiktechnisch niveau en veiligheid ons voordeel mee doen.

### **Ambassadeurs van onze club:**

Introductieduiken.

Doe je buiten de club kennen als iemand met passie voor de sportduikerij! Kan heel aanstekelijk werken en mogelijk mensen interesseren voor onze sport die nimmer of zijdelings met de duiksport te maken hebben gehad.

Wij kennen binnen de NOB en onze club het fenomeen “Introductieduiken” voor mensen die totaal onbekend zijn met de duiksport maar ook die lang geleden zich met onze sport hebben beziggehouden.

Kijk dus eens om je heen wie je mogelijk kan interesseren voor onze sport en meld je aan voor een Introductie duik!!

Tot zover, tot later aan de waterkant of.....?

Met vriendelijke, maar vooral sportieve (duik) groet,

### **Job Roggeveen**

2\*-I NOB; nr 3639/ hoofdtrainer  
Duikclub de Meerkoeten



## EVENEMENTEN AGENDA

De evenementen in deze agenda bestaat uit buiten duiken, zwembadtrainingen, opleidingen zoals brevetten en specialties, maar ook niet duik gerelateerde evenementen.

Eltina en Willem hebben alvast een beginnetje gemaakt, op de ALV kunnen de leden ook een aantal evenementen toe voegen. Zoals duiken op andere locaties, ongevalsimulatie, boor duiken enz.



Duikclub De Meerkoeten - training / duik / evenementen agenda - seizoen 2024								
Maand	Dag	Datum	Aanvang	Binnen of Buiten Seizoen	Zandeiland 4 of op locatie	Onderdeel	Duik info	Opmerkingen / Lokatie
Mei	Vrijdag	10-5-2024	aanwezig: 19:30	Buiten	Zandeiland 4	clubduik / evenement		
Mei	Vrijdag	17-5-2024	aanwezig: 19:31	Buiten	Zandeiland 4	clubduik / evenement	voor duikers: vrije duik en St.Anemoon	
Mei	Dinsdag	21-5-2024	aanvang: 19:45 inloop: 19:30	Op locatie	Op locatie	ALV	Locatie Karel: St. Leerlingenbegeleiding Jan Steen, Binderij 7a Amstelveen	
Mei	Vrijdag	24-5-2024	aanwezig: 19:30	Op locatie	Ouderkerkerplas	clubduik / evenement	Niet zoeken maar bergen!	Plus 3 gangen clubdiner (kosten 12.50 pp)
Mei	Vrijdag	31-5-2024	aanwezig: 19:30	Buiten	Zandeiland 4	clubduik / evenement		
Juni	Vrijdag	7-6-2024	aanwezig: 19:30	Buiten	Zandeiland 4	clubduik / evenement	voor duikers: vrije duik en St.Anemoon	
Juni	Vrijdag	14-6-2024	aanwezig: 19:30	Buiten	Zandeiland 4	clubduik / evenement	Onderwater stratego	
Juni	Vrijdag	21-6-2024	aanwezig: 19:30	Op locatie	Spiegelplas	clubduik / evenement	Nederhorst den Berg	
Juni	Vrijdag	28-6-2024	aanwezig: 19:30	Buiten	Zandeiland 4	clubduik / evenement		
Juli	Vrijdag	5-7-2024	aanwezig: 19:30	Buiten	Zandeiland 4	clubduik / evenement	Club BBQ	
Juli	Vrijdag	12-7-2024	aanwezig: 19:30	Buiten	Zandeiland 4	clubduik / evenement	voor duikers: vrije duik en St.Anemoon	
Aug	Vrijdag	2-8-2024	aanwezig: 19:30	Buiten	Zandeiland 4	clubduik / evenement	voor duikers: vrije duik en St.Anemoon	

## HET ZEELANDWEEKEND

*Het Zeelandweekend is één van die duik-dagen, die elk jaar weer op de evenementen-lijst staan. We doen het al vanaf de eindjaren zeventig. De eerste jaren in Ellemeet en in de jaren negentig in een oude schuur in Renesse en met de tent op een camping of in een schuur "De Val". En de laatste jaren, ergens vanaf 2003, verblijven we op De Witte Boulevard in Renesse.*



Geef je tijdig op voor dit evenement bij Willem. Zodat hij eventueel een extra ruimte of caravan kan regelen.

En vergeet niet je eigen handdoek, slaapzak en kussensloop mee te nemen.

Je kunt eventueel een lakenpakket bij De Witte Boulevard bestellen, maar dat moet je wel zelf even regelen.



## VAN DE NEDERLANDSE ONDERWATERSPORT BOND

*Welke belangen behartigt de NOB? Hierbij een klein stukje uit het artikel over de NOB en haar doelen en inzichten. Te vinden op het internet.*

De NOB is de enige duikorganisatie die zich inzet voor betere voorzieningen bij duik-plekken, schoon en voldoende duikwater én een gezonde onderwaternatuur. Die inspanning doen we niet alleen voor de leden van de NOB, maar voor alle duikers. Als we bij een duikplek een trap plaatsen en de toegang tot het water veiliger en beter maken, mag iedere duiker gebruik maken van deze trap. Een nieuwe trap bij duikplek Bergse Diepsluis of een toiletgebouw bij de Zeeland-brug zijn zichtbare resultaten van het werk van de NOB. Veel van wat we doen is niet altijd zichtbaar. Zo nemen we deel aan het Algemeen Bestuur van Nationaal Park Oosterschelde, werken we mee aan de verkenning naar een onderwater-reservaat in de Oosterschelde, leveren we beeldmateriaal over de kwaliteit van de onderwaternatuur in het Veerse Meer en zijn we betrokken bij een onderzoek naar de verbetering van de waterkwaliteit in de Berendonck. Met het huidige aantal leden kunnen we elk jaar een aantal projecten realiseren. Als er meer duikers lid worden van de NOB, kunnen we meer betekenen. Iedere duiker is dan ook welkom bij één van onze clubs of verenigingen of rechtstreeks bij de NOB.

Door lid te worden help je onder andere mee aan betere voorzieningen bij duikplekken.



**www.duikspotter.nl** Hier vind je informatie over alle aspecten van de duiksport.

Spannende reportages, reisverhalen en leerzame tips. Je kunt er inspiratie opdoen en heeft duikkaarten en een evenementen-kalender.



**www.onderwatersport.org** Hier vind je het overzicht van het aanbod van de NOB, dit is voor leden, instructeurs en bestuurders. Hier lees je ook alles over de opleidingen, specialisaties, verzekeringen, duikstekken en bestuurlijke zaken.

## NIEUWE MIJNNOB OMGEVING OP KOMST

Vanaf medio mei stapt de NOB over op een nieuw pakket t.b.v. onder andere de leden-administratie. Hiermee komt er een update van de MijNNOB omgeving, die daaraan gekoppeld is. Voor jou als bestuurder betekent dit meer mogelijkheden in de omgeving en de omgeving krijgt een nieuw uiterlijk. Een voorproefje vind je in de bijgesloten schermafbeelding. Een van de belangrijkste wijzigingen is dat we hiermee het beheer van deze omgeving in eigen huis halen, waardoor we flexibeler kunnen optreden richting de verenigingen. In de volgende nieuwsbrief zal een beknopte handleiding worden gedeeld. Wij zetten momenteel de puntjes op de i voor een soepele overgang.

## GETIJDENPLANNING IN DRIE STAPPEN

Rijkswaterstaat en de NOB hebben de actuele stromingsgegevens voor ongeveer 35 Zeeuwse duikplekken toegankelijk gemaakt. Elke 6 uur wordt de informatie voor elke duikplek bijgewerkt aan de hand van de laatste meteorologische gegevens. Dit levert een zeer actueel beeld van de stroming op met een maximale marge van 5 minuten.

Met de getijdentabellen kun je een duik vrij lang van tevoren plannen op basis van de water-standen. Je krijgt redelijk nauwkeurige tijden die met een tabel te herleiden zijn naar zes duik-plekken. Meestal gaan deze duiken goed, maar er zijn altijd wel kleine of grote afwijkingen die de methode met tabellen onbetrouwbaar maakt. Soms zelfs tot wel een uur. Dit komt doordat getijdentabellen de waterstanden voorspellen, maar geen relevante en actuele gegevens van de stroming geven.

### Plan je duik in 3 stappen

1. Plan je duiktijd globaal op de lange termijn zoals gebruikelijk met de getijdentabel.
2. Je kijkt minder dan 24 uur voorafgaand aan de duik naar de actuele stromingsgegevens.
3. Je controleert nog één keer aan de waterkant de actuele stromingsgegevens.

*QR-code; 3 stappen getijden plan.*



*uit NOB info*



## ZWEMBAD WEETJES

### 1. Hoeveel mensen plassen in het zwembad?

Volgens Amerikaans onderzoek plast één op de vijf mensen wel eens in het zwembad.

### 2. Plassen topzwemmers ook in het zwembad?

Topzwemmer Michael Phelps maak er geen geheim van: ook hij plast regelmatig in het zwembad. En zijn collega-zwemmers trouwens ook. 'We doen het gewoon als we aan de muur hangen', verklaarde hij in *The Wall Street Journal*. De *Telegraaf* drukte het fijntjes uit: 'Record Olympiër' Michael Phelps laat naast zijn gouden medaille-spoor nog een gouden spoor achter, maar dan in het zwembad.

### 3. Sterke chloorlucht? Vies water!

Hoe sterker een zwembad naar chloor ruikt, hoe groter de verontreiniging is. Doordat chloor zich bindt met verontreinigingen in het water, krijg je chloramines die de typische 'zwembadgeur' afgeven. Het chloor is dus actief als er vuil in het water zit. Je voelt en ruikt het dan...

Van het inslikken van een drupje urine word je natuurlijk niet ziek. Maar chloor dat zich aan urinedeeltjes bindt, kan zich niet meer binden aan bijvoorbeeld ziekteverwekkende bacteriën die in (en vooral op) het water drijven.

### 4. Bestaat de plasverklikker?

Het verhaal gaat dat sommige zwembaden een 'urine-indicator' (ook: 'plasverklikker') hebben die geloosde urine direct een zichtbare kleur geeft. Onderwaterplassers zouden zo voor iedereen te kijk worden gezet. Zo'n apparaatje bestaat helemaal niet: het is een hardnekkig broodje-aapverhaal dat vermoedelijk al de ronde doet sinds 1937. Het is slechts bedoeld om zwembad-plassers af te schrikken.

### 5. Is borstvoeding geven in het zwembad vies?

In augustus 2013 werd een Amerikaanse moeder die haar kind borstvoeding gaf in het zwembad door personeel verwijderd. Haar werd verteld dat dit net zo onhygiënisch was als plassen in het water. Later kreeg ze hiervoor excuses aangeboden.

### 6. Kun je ziek worden van zwembadwater?

Wie gaat zwemmen, laat volgens het RIVM gemiddeld een miljard micro-organismen achter in het water. Die zijn bijna allemaal volstrekt ongevaarlijk. Van toenemende zorg is de darmparasiet *Cryptosporidium*, die via de ontlasting in het water komt en vervolgens kan worden ingeslikt. Van 'Crypto' kun je hevige diarree krijgen. De parasiet is resistent tegen chloor. De meeste andere schadelijke micro-organismen worden hierdoor uitgeschakeld, al duurt dat bij de ene langer dan bij de andere.

### 7. Hoeveel poep laten we achter in het zwembad?

Mensen hebben standaard gemiddeld 0,14 gram niet-afgeveegde poep aan hun billen zitten. Zo, weet je dat ook weer.

### 8. Is het hygiënisch om in een boxershorts te zwemmen?

Wie met een boxershorts het zwembad in gaat, iets dat vooral populair is bij merkgevoelige jongeren, bevuilt het water vier keer meer dan de gemiddelde zwembadbezoeker.

### 9. Hoe verlaat je schoon een zwembad?

Als je toch naar het zwembad gaat, zorg dan dat je het ook weer schoon en fris verlaat.

Laat dit artikel je niet te weerhouden van een leuk avondje duik- en zwemtraining.

### Dus; DOUCHEN (kleine moeite)

Even het vuil van je lichaam spoelen voordat je het zwembad in gaat helpt om het zwembadwater schoner te houden.

'Na vijftien tellen is de helft van het vuil weggespoeld van je lijf.

Na dertig seconden is 75 procent van het vuil weg en na ongeveer een minuut kun je stoppen, dan ben je schoon! Dat bleek uit een onderzoek uit 2017. Kleine moeite dus.

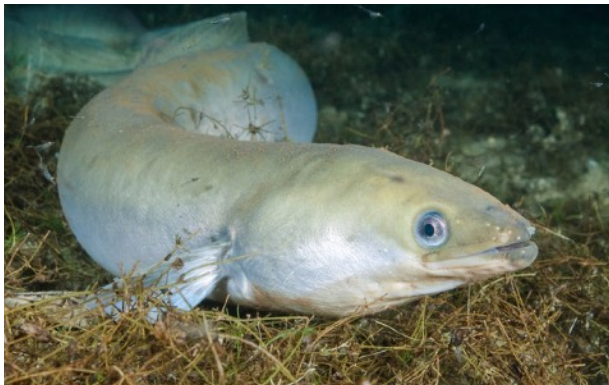


uit Rene's weetjes

## PALINGEN, WAAR ZIJN ZE GEBLEVEN?

*Wie al heel lang in de Vinkenveense Plassen duikt, weet dat de paling of aal nooit een algemene vis in deze plas geweest is. De kans om een paling tegen te komen is het grootst tijdens een nachtduikje maar zelfs dan moet je geluk hebben. Feit is dat de paling door de jaren heen steeds zeldzamer is geworden.*

Waarom? Omdat vissers ze maar blijven vangen.



Na 10 tot 15 jaar in zout, zoet of brak water te hebben geleefd beginnen de palingen te trekken richting Sargasso zee, een kleine 6000 km verderop. Eenmaal hier aangekomen worden op grote diepte eitjes bevrucht en sterven de palingen. Ze paaien maar eenmaal in hun leven. Een weggevangen paling heeft daarom nooit voor nageslacht kunnen zorgen. Er zijn inmiddels zoveel palingen weggevangen dat degene die wel de Sargasso zee bereiken voor te weinig nageslacht kunnen zorgen.

De eitjes van de paling komen langzaam tot ontwikkeling en bereiken na ongeveer 2 jaar, meelifend op de golfstroom, de Europese kusten. Als klein visje, een glasaaltje, 7cm lang en doorzichtig. Eenmaal aan de Europese kusten aangekomen worden ze weggevangen. Waarom? Om verkocht te worden aan vissers en kwekerijen. De glasaaltjes kunnen op hun gemak uitgroeien tot echte palingen. Eenmaal uitgroeid tot echte paling, maar voordat ze richting Sargasso zouden vertrekken, worden ze weer gevangen. Blijkbaar is voor sommige mensen een stukje paling een echte delicatessen.

Hoewel de hoeveelheid glasaal voor de Europese kusten per jaar sterk kan verschillen blijkt uit gemiddelden door de jaren heen dat de glas-aalstand met 95% is afgenomen. Gelukkig zijn er nu herstelplannen maar omdat palingen maar eenmaal paaien als ze tussen de 10 tot 15 jaar oud zijn zal het erg lang duren voordat de palingstand weer op een veilig niveau is.

Nu moeten we de vissers ook weer niet van alles de schuld geven. Illegale visserij, verlies van geschikt Er zijn al langer zorgen over het gebruik van

leefgebied, vis on-vriendelijke stuwen, gemalen en water-kraftcentrales hebben natuurlijk ook allemaal invloed op het wel en wee van onze paling.

*uit Duiklocatie Boschmolensplas*

## NIEUW ONDERZOEK NAAR DE MASSALE STERFTE VAN DE OOSTERSCHELDEKREEFT

*Wageningen University & Research (WUR) gaat opnieuw onderzoek doen naar de massale sterfte van kreeften in de Ooster-schelde. Er is nog veel onduidelijk over de oorzaak daarvan.*

"Aan de buitenkant van de kreeft is niets te zien, maar veel dieren zijn slap en inactief. Er is iets aan de hand, maar we weten niet wat", zegt onderzoeker Jildou Schotanus.



Het kreeftenseizoen is net begonnen, maar visser Henk Jumelet ziet het al somber in. Waar hij eerder 25 kilo per dag uit het water haalde, is dat nu maar zo'n 2 kilo. En die kreeften zijn er vaak ook nog eens erg slecht aan toe.

"Normaal gesproken moet je een beetje oppassen dat ze niet in je vinger bijten, maar nu gebeurt er niks, ze zijn zwak; niet in orde", zegt hij. Op sommige plekken in de Oosterschelde zijn de netten al weggehaald, want daar wordt helemaal niks meer gevangen. Henk Jumelet denkt net als veel andere vissers dat staalslakken de boosdoener zijn.

### Staalslakken

Staalslakken zijn een restproduct uit de staal-industrie. In Nederland zijn ze voornamelijk afkomstig van Tata Steel. Tata wil van dat afval af en verkoopt het via een tussenhandelaar aan aannemers. Het zijn een soort grijze stenen die worden gebruikt bij de aanleg van wegen en bij kustversterkingsprojecten, bijvoorbeeld in de Ooster-en Westerschelde.

staalslakken. Vorig jaar bleek uit een onderzoek van

het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) dat staalslakken mogelijk schadelijker zijn dan altijd is gedacht. In april trok ook de Inspectie Leefomgeving en Transport (ILT) aan de bel.

"Wanneer deze stoffen in de bodem en het grondwater terechtkomen, kunnen de dieren en planten die daar leven doodgaan", luidde de waarschuwing. "Ook is bekend dat omwonenden van gebieden waar staalslakken zijn toegepast gezondheidsklachten hebben ondervonden, zoals bloedneuzen en brandwonden."

### Toch gebruikt

De provincie Zeeland heeft demissionair staatssecretaris Heijnen van Infrastructuur en Waterstaat in september gevraagd om het gebruik van staalslakken in de Ooster- en Westerschelde voorlopig te staken, totdat duidelijk is wat de gevolgen zijn. Toch kondigde Rijkswaterstaat aan dat er bij het verstevigen van een vaargeul in de Westerschelde later dit jaar mogelijk staal-slakken gebruikt worden. "Wij zijn een uitvoerende organisatie en voeren uit binnen bestaand beleid", aldus een woordvoerder.

Een verbod komt er niet, zei Heijnen eerder. De staatssecretaris maakt zich geen zorgen over mogelijke gezondheids- of milieuschade. "Als ik me zorgen zou maken, zou ik het per direct verbieden."

Wel komt er een landelijke meldplicht voor het gebruik van staalslakken. Dat is gisteren besloten nadat de Tweede Kamer hier om had gevraagd. De meldplicht moet ervoor zorgen dat voordat de staalslakken worden gebruikt, gemeenten, provincies en toezichthouders kunnen beoordelen of dat op die locatie en met die toepassing wel verstandig is.



### Onderzoek

Nu eind maart het Oosterscheldekreeften-seizoen is begonnen, nemen ook de zorgen in de omgeving opnieuw toe. In september vorig jaar werden er ook al veel dode kreeften gevonden en deed de WUR ook al onderzoek.

"Toen hebben we onderzocht of er bacteriën, virussen of parasieten in de dieren zaten. Dat leverde toen niets op. Het onderzoek nu is breder, we gaan nu ook

bekijken of er giftige stoffen of zware metalen in de zieke dieren worden aangetroffen", vertelt Schotanus.

De WUR heeft vissers gevraagd om zieke, nog levende kreeften in te leveren zodat ze onderzocht kunnen worden.

uit NOS Nieuws

---

## ZWEMOEFENINGEN

*Een zwemoefening voor duikers, voor zowel in het zwembad als tijdens de buitenduik.*

### Heb jij al de techniek van achteruit zwemmen geleerd!

Achteruit zwemmen is een van de moeilijkste en tegelijk ook meest belangrijke vaardigheden, die je als duiker kan leren. Iedereen die in Nederland duikt, weet uit ervaring dat een correctie met je handen, direct leidt tot een hoop stof. Als je de vaardigheid met achteruitzwemmen goed beheerst, hoef je je handen nooit meer te gebruiken voor een correctie.

Je hebt je handen vrij voor een fotocamera of andere zaken of je houdt je handen lekker ontspannen voor je met zicht op duikcomputer en kompas.

**Zo doe je het;** Ga naar "Basispositie trim" (bv op 5 meter). Zorg dat je absoluut stil hangt. Strek je benen langzaam languit, waarbij je je vinnen naar achteren steekt, zodat je zo min mogelijk weerstand creëert. Trek je voeten en tenen nu maximaal omhoog en laat je vinnen naar buiten wijzen in stand "Charly Chaplin". Hou dit vast als je met een krachtig beweging, je benen intrekt naar de ingetrokken positie van de *frog kick* (90 graden hoek). Corrigeer je trim na elke beweging voordat je verder gaat. Je hebt de beweging goed uitgevoerd als je drie slagen achterwaarts kan maken zonder te corrigeren. Blijf dit regelmatig oefenen je heb er alleen maar voordeel aan....



uit Rene's weetjes

# PUZZELPUZZELPUZZELPUZZELPUZZELPUZZELPUZZEL

De winnaar van de vorige puzzel is: **Gert Oskam**. Hij ontvangt een zomerpakket.

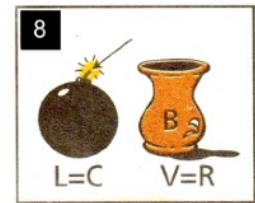
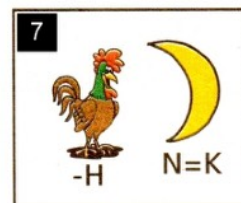
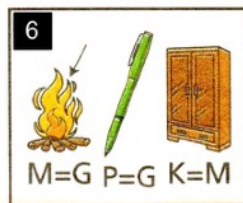
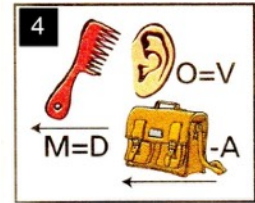
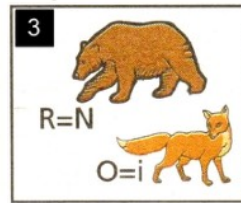
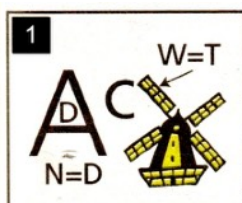
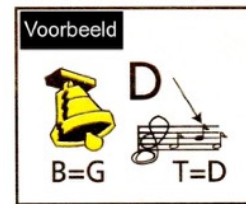
Deze keer komt de redactie met een RebusFilippine, deze bestaat uit een aantal kleine rebussen. Alle kleine rebussen vormen uitgeschreven een woord, deze staat dan in het grijze verticale vlak. Vul de antwoorden horizontaal in, bij het juiste nummer van de kleine rebus.

In elk woord is je al één letter cadeau gegeven.

LET OP... Bij deze rebus is de stand van de letters zeer bepalend. Ook de klank van de letters speelt een rol; D kan soms DE zijn, L soms EL enz. Een streep door een woord of letter kan; NIET of GEEN of WEG betekenen. En een streep met pijl onder een tekening, betekend keer het gevonden woord om.

Doe mee en onder de goede inzendingen wordt een cadeau-pakket verloot. Veel puzzel plezier.

Als voorbeeld; deze kleine rebus, met de bijbehorende oplossing.



## REBUSFILIPPINE

VOORBEELD →		G	E	L	D	N	O	O	D
		1					C		
		2		R					
3							S		
		4					V		
		5					A		
		6		L					
		7					M		
		8						B	

## ZO BEGON HET...

*Onderstaan schrijven is van Jan Swinkels en komt uit een 'oud' clubblad van de Meerkoeten.*

**Zo Begon Het....** Er was eens lang geleden een man die op zijn vakantie in Frankrijk een snorkeltje kocht. Zo één met aan het gebogen boven-einde van de pijp een ping-pong balletje in een soort netje. Als de snorkel onder water ging sloot dat balletje de pijp af. Je kreeg dan geen water in je mond. Maar er kwam ook geen lucht meer als het balletje bleef vastzitten, wat nogal eens scheen te gebeuren. Dus verdronken er met zo'n ding regelmatig kindertjes en naar verluidt zelfs volwassenen. De man uit dit verhaal heeft het echter overleefd. Sterker nog, hij heeft de rest van zijn leven onderwater doorgebracht, voor zover hij niet voor dringende bezigheden even boven moest komen. Zoals nu voor het schrijven van dit verhaal. Dat kan dan ook wel verder in de ik - vorm verteld worden.



### **Duikschool Hendriks**

Met leren duiken heb ik gewacht tot mijn zonen Bart en Stijn 14/15 jaar waren. Als ik maar eenmaal mijn brevet zou hebben zou ik hen de kunst wel kunnen bijbrengen, dacht ik. Bedenk daarbij dat 25 jaar geleden nog niet op bijna iedere hoek van de straat een duikshop annex duikschool te vinden was. De NOB bestond net 10 jaar en van PADI had nog nooit iemand gehoord. Velen in mijn omgeving vonden het dan ook onverantwoorde waaghalzerij waar ik aan wilde beginnen, zeker voor iemand die de veertig al was gepasseerd ! Door Amsterdam fietsend zag ik op een goede dag op de Oostenburger-gracht een

groot bord "Duikschool". Zo kwam ik terecht bij de legendarische Peter Hendriks. De praktijklessen waren in het Sportfondsenbad Oost ; de theorie kreeg je meestal aan de bar. Mijn 'klasje' bestond vrijwel uitsluitend uit breedborstige en dik-buikige macho's. Niettemin was ik de eerste die het brevet haalde, weliswaar met een onvoldoende voor het hoofdvak 'bier en whisky hijsen'.

Meteen daarna maar duikflessen en automaten gekocht om met mijn zonen op een rustig tijdstip in een hoekje van het kersverse Meerbad Abcoude te oefenen. Vriendjes en vriendinnetjes van Bart en Stijn vonden het natuurlijk ook te gek om zich eens een kleine Cousteau te wanen. Dus binnen de kortste keren was mijn hoekje overvol. Gelukkig was er bij het waterpolo van de Meerkoeten nog een mager bezet uurtje. Daarvan mocht ik tijdelijk een baantje gebruiken. Al gauw verbreide de dorps tam-tam het verhaal dat je bij de Meerkoeten kon leren duiken. De toeloop werd dus nog groter. Via een advertentie in de VAR hebben we toen aangekondigd dat er bij voldoende belangstelling een duikclub opgericht zou worden.

### **Oprichting**

Op 23 oktober 1978 meldden zich 25 personen in een zaaltje van 'de Eendracht' (presentielijst zit nog in ons archief). Daaronder ook twee instructeurs van de Amstelveense duikclub NEMO, te weten Jan Baas en Jan van Schalen. De laatste is nog steeds actief in de duikwereld, o.a. als gangmaker voor de jaarlijkse Nederlandse deelname aan de Ourthe-tocht. Zij boden aan om ons met hun ervaring te helpen. Verder hadden we het geluk dat op die vergadering de Abcoudenaar Ben de Roos (later coach van de Olympisch zeilploeg) zich ook als trainer aan-diende. Hij was CIOS-student en had zojuist in Frankrijk zijn instructeurs-brevet gehaald. Door al die ont-wikkelingshulp had Abcoude ineens een echte duikclub, al waren we dan een onderafdeling van de AZ & PC 'de Meerkoeten'. Waarom werden we geen zelfstandige vereniging, geheel los van de Meerkoeten ?? Welnu, in die tijd kreeg de zwemclub subsidie van de gemeente in de

## Zeelandweekend 1981 Duikclub De Meerkoeten



vorm van een lagere huurprijs voor haar trainingsuren.

Dat wilden wij als startende Abcouder duikclub uiteraard ook graag hebben. Maar de gemeente was gaan knijpen op subsidies (ook toen al !). Nieuwe clubs kwamen niet meer in aanmerking. Vandaar dat wij snel onder de subsidie-paraplu van de Meerkoeten zijn gedoken. Zij huurden 'wegens uit-breiding van het ledental' voor de duikers er simpelweg een uurtje bij. In mijn oude papieren vond ik nog een berekening. Die wees uit dat de jaar-contributie voor de duikers in de 'Meerkoet-constructie' neer kwam op fl 170,- per jaar (all-in). Als zelfstandige duikclub zou dat fl 275,- zijn geworden. Daar kwam nog bij dat een flink deel van de nieuwe leden van de duikclub reeds als waterpoloër lid was van de Meerkoeten. Bij een zelfstandige duikclub zouden zij hen dubbele contributie hebben gekost. In januari 1979 heeft de NOB de duikclub de Meerkoeten officieel erkend. Onze leden konden daarna de NOB-brevetten gaan halen. 'Inschaling' van andere brevetten was bij de NOB nog een volstrekt taboe. Ook al had ik een mooi 'Hendriks-brevet', ik kon alles nog eens opnieuw doen voor mijn 1<sup>e</sup>ster. Nemo hielp

ons in die aanlooptijd prima bij opleiding en examens.

Dat neemt niet weg dat wij als club toch graag zo gauw mogelijk self-supporting wilden worden.

### **Miss Meerkoet**

Jan de Rooij en ik besloten het instructeursbrevet van de NOB te gaan halen. Dat lukte heel aardig, hoewel boze tongen beweren dat wij alleen maar geslaagd zijn door inzet van oneigenlijke middelen. Bij ons examen in Papendal moesten wij voor het onderdeel 'instructie geven in het zwembad' zelf een ploegje leerlingen mee nemen. Nu is alom bekend dat bij traditie in onze duikclub het vrouwe-lijk schoon rijkelijk aanwezig is. Onze afvaardiging naar Papendal was daar geen uitzondering op.

Met als gevolg dat - naar men zegt - de NOB examinatoren minder gebiologeerd waren door de vormgeving van onze lessen, dan door die van onze Miss Meerkoet en haar paranimfen ! Hoe dan ook, Jan en ik hebben daarna ruim twintig jaren 'aan de bak gestaan'. Het panel moet maar uitmaken waar we het meest succesvol mee waren: als instructeurs of als de "Jantino's" ?



Over Miss Meerkoet gesproken: voor mij blijft het onbetwiste hoogtepunt in de geschiedenis van de club de feest-avond in 1985. Een cabaretseke Miss-verkiezing, uitgevoerd door het manne-lijke deel van de club in een over-rompelende, maar ook zeer subtiele travestieshow. Toeschouwers die toch wel wat gewend waren hebben mij na afloop toevertrouwd dat van het lachen niet alleen hun tranen de vrije loop namen.

**voorzetje**

Het was mijn opdracht om over de beginjaren te schrijven. Ik houd mij daaraan, want voor de meeste huidige leden zal dit lange 'opa vertelt' verhaal wel meer dan genoeg zijn.

Men zegt dat bij een mens de eerste kinderjaren bepalend zijn voor het wezen en karakter dat men later als volwassene heeft. Trek je die wijsheid door naar de duikclub dan blijkt dat onze gelukkige begintijd een perfect uitgangspunt is geweest voor 25 jaren van veel lief en nauwelijks leed.

Want tot op de dag van vandaag zie ik de altijd bonte mengeling van leden veel plezier beleven aan hun goed geleide, ondernemende en in één woord jofele club. En tussendoor kun je dan ook nog heel aardig je fascinatie voor het de wereld onder water aan zijn trekken laten komen. Hulde dus aan allen die van mijn voorzetje van 25 jaar terug zo iets moois maakten en dat nog steeds blijven doen. Non, je ne regrette rien !!

*Jan Swinkels*



(Bestuur periode 1979-85 - Herman - Wilma - Jan - Jan)



(bootduik Zeelandweekend 1983)



(Corsica 1984 - 'tegelschip' haven Porto-Vecchio met Jan en Frank d. Rooij en Rene vd Linde)

=====O=====