

Badmintonclub Dynamo

Swalmen kent tal van sportverenigingen. Deze keer een nadere kennismaking met badmintonclub (BC) Dynamo. Op een speelavond in januari, in gesprek met de voorzitter en enkele andere (bestuurs)leden van deze club.

Dennis van Houts, voorzitter, begint: "We zijn een toegankelijke, recreatieve badmintonclub en bestaan inmiddels iets meer dan dertig jaar. Momenteel hebben we ongeveer veertig leden. Dat aantal is de laatste jaren vrij stabiel. We spelen twee keer per week, op dinsdag- en vrijdagavond, recreatief. In het verleden hebben we ook een competitieteam gehad, maar dat team is door omstandigheden uit elkaar gevallen. Denk hierbij aan verhuizingen of veranderde werktijden van de betreffende

spelers, waardoor het team niet meer in stand gehouden kon worden. Mogelijk komt er op termijn wel weer een competitieteam, maar dit zal dan ook op recreantenniveau zijn."

Dennis vervolgt: "Iedereen heeft wel eens gebadmintond, bijvoorbeeld op de camping, maar als wij spelen, spelen we wel op een actievere manier. Het is dus niet alleen een beetje de shuttle naar elkaar overslaan. Regelmatig plannen we trainingen in, die ik zelf geef. Zeker nieuwe leden wil ik graag het één en ander bijbrengen."

René van Cruchten (bestuurslid), vult aan: "Naast (beter) leren badmintonnen, staat gezelligheid bovenaan. Het sociale gedeelte is ook erg belangrijk binnen de club." Dennis: "Zeker, dat is zeer belangrijk. Maar op het moment dat we spelen, wordt dit actief gedaan. En worden de spelers, merken we, ook steeds fanatieker."

Speelavonden

Tijdens de speelavonden wordt met een rouleersysteem gewerkt. Dennis: "Vroeger ging dat met papieren kaartjes, tegenwoordig hebben we een handig digitaal systeem. Hierin staan alle

spelers met naam en een bepaald toegankelijk speelniveau (van 1 tot 10). Met dat systeem kunnen we spelers aan elkaar koppelen. We spelen namelijk voornamelijk 'dubbels' (twee tegen twee) en proberen de teams zodanig samen te stellen, dat er een evenwichtige verhouding is. Dus niet twee hele goede spelers tegen twee iets minder goede of net nieuwe spelers. Het systeem houdt ook bij wie al met wie samen heeft gespeeld, zodat ook daar variatie in zit. Dat houdt het leuk voor iedereen. Verder mag je zelf weten of je één of twee keer per week komt badmintonnen. Je hoeft je niet aan- of af te melden."

Starten met badminton

Ward van Hoof, een van de jongere leden, vertelt hoe hij bij Dynamo terecht is gekomen: "Ik heb altijd veel aan sport gedaan, waaronder tennis. Maar badminton hoorde daar nog niet bij. Via mijn vriendin Mids ben ik in aanraking gekomen met badminton. We hebben toen gevraagd of we eens mochten komen meedoen, kijken of het iets voor ons was. Dat vond de vereniging prima, we mochten gratis een paar

[< Lees verder op pagina 2 >](#)

Vragen van de redactie

Over welke onderwerpen zou u graag eens iets willen lezen in de Zjwamer Gezetz? Kent u een kandidaat voor 'Oet Zjwame'? Of wilt u zelf een artikel aanleveren? De volgende editie staat gepland voor (begin) mei 2026. U kunt tot 23 maart aanstaande een artikel aanleveren of reageren. Mail naar: zjwamergezetz@gmail.com. Houd er rekening mee dat de redactie bepaalt of het bericht kan worden geplaatst en/of aangepast moet worden. Voor het vermelden van evenementen, verwijzen we ook graag naar www.zjwameaktueel.nl. ■

Versterking gezocht:

Vanwege het stoppen van Chris van Goch als redactielid, zoeken we iemand die deze rol over wil nemen. Ken je of ben je iemand die het leuk vindt om artikelen te schrijven over Zjwamer onderwerpen? Reageer dan via zjwamergezetz@gmail.com. ■



René van Cruchten (l) en Dennis van Houts (r).

keer proefspelen. Het beviel heel goed. We zijn niet meer weggegaan. Ook de trainingen die we met een groepje van Dennis hebben gehad, waren erg leerzaam. Je leert hoe je moet slaan, (slim) lopen enzovoorts.”

Dennis: “Zelf ben ik al meer dan vijftientig jaar lid. Destijds begonnen in de jeugdafdeling, die de vereniging toen nog had, ben ik vervolgens bij de volwassen spelers gekomen. En sinds vorig jaar ben ik voorzitter, na jarenlang andere bestuursfuncties te hebben vervuld, waaronder secretaris.”

René: “Ik ben inmiddels ongeveer twaalf jaar lid. Destijds moest ik noodgedwongen stoppen met zaalvoetbal. Ik mocht geen contactsporten meer doen, dus zocht ik iets anders. Via een van de leden ben ik met badminton in aanraking gekomen. Hij vroeg om ‘het eens te proberen’. Zo ben ik bij de vereniging gekomen en het bevalt nog altijd heel goed.”

Mids Heuts: “Ik heb altijd gevolleybald, maar door een blessure kon ik drie jaar lang (vrijwel) niks aan sport doen. Ik zocht toen iets anders en kwam samen met mijn vriend Ward uit bij badminton. Dat kende ik alleen van de camping, maar ik wilde het wel eens op een serieuze manier doen. En dat is me goed bevallen.”

Sporthal

De speelavonden vinden plaats in de sporthal aan de Peelveldlaan. Ondanks de sluiting van de commerciële activiteiten in de sporthal, is het gedeelte van de hal waar Dynamo speelt, altijd open gebleven. Dit is namelijk in het gedeelte dat eigendom is van de gemeente Roermond. René: “We hebben regelmatig vragen of opmerkingen gekregen over de vereniging. ‘Bestaan jullie nog? De sporthal is toch dicht?’. Voor sommige mensen was dat allemaal niet duidelijk.”

Het ontbreken van een kantine, voor de derde helft, is een gemis. René: “Na afloop van het spelen bleven leden vaak nog hangen om samen ‘een pilske te drinken’. Dat is nu helaas niet mogelijk. Hopelijk komt daar op korte termijn nog verandering in. Want dat draagt echt bij aan het sociale aspect van een vereniging.”

De gemeente Roermond is bezig met plannen voor een nieuwe sportaccommodatie voor Swalmen. Dennis hierover: “We zijn samen met andere verenigingen in gesprek met de gemeente. Op termijn komt er een nieuwe accommodatie. De faciliteiten hier (in de sporthal) zijn achterhaald, daar kun je niet mee blijven doorgaan. Daarnaast hebben ook de voetbalverenigingen van zowel Swalmen als Boukoul met dergelijke problematiek te maken. Er moet dus iets gebeuren. De gemeente wil er ook werk van maken en een multifunctionele accommodatie is daarbij een mogelijke optie. Op welke termijn dat zal zijn, is nog niet bekend. Er is wel een intentieverklaring getekend door meerdere partijen, waaronder ook de dorpsraad. Tot meer bekend is, zullen we het echter met de huidige faciliteiten moeten doen.”

Activiteiten

Naast de reguliere speelavonden, organiseert de vereniging met enige regelmaat andere activiteiten. Voorbeelden hiervan zijn de nieuwjaarsborrel, een teamtoernooi (soort clubkampioenschappen), een feestavond en een blindbadminton-toernooi. Dit laatste verdient enige toelichting: In plaats van het reguliere net (op een hoogte van 1.55m), wordt een hoger net met een doek opgehangen, zodat je niet kunt zien waar de tegenstander naar toe speelt. Reactiesnelheid wordt hierbij dus nog belangrijker. Daarnaast is er jarenlang een weekendje Ardennen

georganiseerd en ook de wandel-wokdag is een terugkerende activiteit.

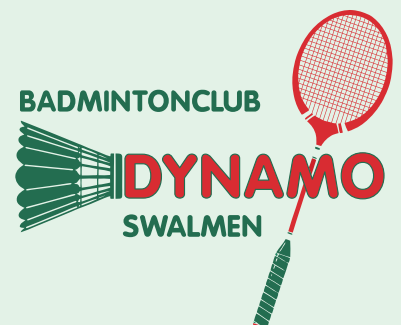
Toekomst

Op de vraag wat de vereniging kan doen om meer leden aan te trekken, antwoordt Ward: “Je zou mogelijk lessen op middelbare scholen kunnen geven, aan de hogere klassen. Hierdoor raken ze bekend met de sport.” Dennis vult aan: “We zijn daar als bestuur ook wel mee bezig. Open speelavonden zijn wel eens geprobeerd. Wellicht moet je meer zichtbaar zijn op social media om jeugd te bereiken. In het verleden hebben we wel eens geflyerd in Swalmen.” René vult aan: “Mogelijk kun je dat flyeren uitbreiden naar (een deel van) Roermond. We merken dat ook daar vandaan interesse is om bij ons te spelen.” Dennis: “Dit komt mede ook doordat één van de verenigingen in Roermond een ledenstop heeft. Zij verwijzen dan naar andere verenigingen, waaronder naar ons.” Nieuwe leden zijn in ieder geval welkom. De leeftijdsgrens is – ook gezien de tijdstippen van de speelavonden – vanaf een jaar of zestien. Dennis: “De jeugd kiest vaak voor individueel sporten zoals fitness, dan kunnen ze gaan wanneer ze willen, zijn niet gebonden aan vaste momenten in de week. Maar zoek je een sport waar je fit van wordt – want het kan intensief zijn – in combinatie met een leuke sociale component, dan zou je badminton eens moeten proberen. Het is een laagdrempelige sport. Naast sportkleding heb je alleen een eigen racket nodig. De contributie is ook niet erg hoog in vergelijking met andere sporten.” ■

“Zoek je een sport waar je fit van wordt in combinatie met een leuke sociale component, dan zou je badminton eens moeten proberen.”



Foto: Ruud Franssen



De speelavonden van BC Dynamo zijn op dinsdag- en vrijdagavond, van 20.00 tot 22.00 uur. Je kunt gratis (een paar keer) meedoen, om het eens te ervaren. Rackets worden voor deze proefavonden ter beschikking gesteld.

Kijk voor meer informatie op www.bcdynamoswalmen.nl

Afscheid van de redactie

Een bezige bij! Zo kun je Chris van Goch het best typeren. Sinds hij vijftien jaar geleden samen met zijn vrouw Gerrie Christians in Swalmen kwam wonen, ondernam hij al vele activiteiten. Onder meer richtte hij een wandelclub op waarvan hij ook tien jaar voorzitter/secretaris was, blies (samen met Berry Leenders) nieuw leven in de jeu-de-boules banen achter Sint Jan Baptist, was de initiatiefnemer van zanggroep 'Zjwamer Galm', medeoprichter van stichting 'Speeltuin Mortelplein' én haalde het ouderensongfestival naar Limburg met diverse edities in Sint Baptist en sinds enkele jaren in 't Paradies Roermond. In De Mert draaide hij jarenlang dansmuziek voor 55-plussers' (praatjes met plaatjes). Ondanks al deze bezigheden zag hij toch nog kans om in 2019 te starten bij de redactie van de Zjwamer Gezet. Na zes jaar stopt hij echter als redactielid. Tijd voor een gesprek met deze duizendpoot.

Wat was jouw drive om aan de Zjwamer Gezet mee te doen, Chris?

"Jarenlang -ook in mijn andere woonplaatsen- heb ik voor diverse activiteiten stukjes geschreven. In Deurne bijvoorbeeld heb ik destijds het wijkblad nieuw leven in geblazen en er teksten voor geschreven. Ook voor de diverse activiteiten in Swalmen schreef ik regelmatig stukjes. Ik wist dus wel wat schrijven was. Toen ik de oproep voor de Zjwamer Gezet zag, vond ik dit een leuk initiatief. Ik dacht: je komt met verschillende mensen in contact en om dat op papier weer te geven, dat vind ik boeiend", antwoordt Chris. De Gezet is gegroeid tot een mix van artikelen én rubrieken. Binnen de vaste onderdelen kennen we 'Heukske Zjwaams', 'Oet Zjwame' en ook de rubriek 'Dit ben ik'. Chris glimlacht: "De rubriek 'Dit ben ik' heb ik in het leven geroepen en vond ik qua uitvoering hartstikke leuk om te doen. Babbelen met de jeugd waar de ouders bij zitten. Ieder kind met zijn of haar eigen verhaal en toekomstverwachting. Dat vond ik gewoon prachtig gesprekken!"

Ging de voorkeur bij het schrijven naar deze rubriek uit of naar andere artikelen?

"Ik heb in de loop der jaren enkele tientallen artikelen voor de Zjwamer Gezet geschreven. Twee keer de burgemeester van Roermond geïnterviewd. Het was zéér interessant om met zo'n persoon over de verschillende facetten van het ambt te spreken. Ook het interview met de bewoners van Daelzicht was zeer de moeite waard. Dit komt mede door mijn voormalige werk met de doelgroep verstandelijk beperkten. Toen we vijftien jaar geleden in Swalmen kwamen wonen, stond de oude school De Mortel er nog. Inmiddels staat er alweer vele jaren een modern wooncomplex met appartementen voor een twintigtal cliënten. Een fascinerende ontwikkeling. Deze twee voorbeelden geven goed aan wat voor mij het meest boeiende binnen de Zjwamer Gezet was. Het ontmoeten van veel verschillende mensen."

Even een zijsprong. Hoe kwam je in de zorg voor verstandelijk beperkten terecht?

Chris vertelt: "Als je kijkt naar mijn jeugd dan was ik een schuchter 'menneke', grotendeels door mijn opvoeding. Ik ben het elfde kind uit een gezin van dertien kinderen. De gezinsleden kun je verdelen over drie generaties: vóór, tijdens en ná de Tweede Wereldoorlog. Je begrijpt dat er dan grote verschillen tussen de broers en zussen zijn. Waarom ben ik in de psychiatrie gaan werken? Omdat mijn broers en zussen in deze sector werkten en ik als volgzzaam 'menneke' daarachteraan ging. Ik had eigenlijk bakker willen worden. De boeken hiervoor van de buurjongen had ik zelfs al in huis. Helaas was ik te jong voor de bakkersschool in Wellerlooi. Daarom stuurden ze mij vanuit de lagere school naar de zogenaamde schakelschool in Stevensbeek. Van daaruit kwam ik terecht op de Mulo en zo eindigde mijn bakkersdroom. Na de Mulo zei ik tegen mijn moeder: 'Ik wil het liefst naar het conservatorium.' Ik had namelijk altijd hoge punten voor het zingen. Toen zei mijn moeder: 'Dat gaat niet gebeuren, want zangers gaan veel te vroeg dood'. Later kreeg ze nog gelijk ook, want Mario Lanza (voormalig opera-tenor) stierf in 1959 op 38-jarige leeftijd. Achteraf gezien had zij moeten zeggen: 'Ik heb er het geld niet voor'. En dus ging ik achter mijn broers en zussen aan: gestart in Sint Servaas in Venray, tegenwoordig Vincent van Gogh GGZ. Als je eenmaal in het circuit zit, zeker met de verantwoordelijkheden en verplichtingen die je na het trouwen krijgt, maak je niet snel meer een overstap. Het leven heeft me wél gevormd tot degene die ik nu ben. Ik weet wat ik wil, wat ik kan én waar mijn voorkeur naar uit gaat. Daar wil ik duidelijk in zijn."

Stop je nu volledig met de Zjwamer Gezet?

"Gerrie en ik organiseren de distributie van de Zjwamer Gezet. Met de verspreiding gaan we door", meldt Chris. Vanuit de drukkerij wordt de oplage (4.000 stuks) van de editie bij ons

thuis bezorgd. Een twintigtal vrijwilligers zorgt er vervolgens voor dat de krant in de brievenbus valt. Gerrie telt en verdeelt de kranten zodat elke vrijwilliger het juiste aantal kranten krijgt aangereikt. En dat gaat goed! Ik help haar met de mailing naar de bezorgers en regelmatige aanpassingen qua wijk en bezorgers. Maar wat het schrijven voor de Zjwamer Gezet betreft hang ik mijn pen aan de wilgen. Toen ik het besluit had genomen, verbaasde het me dat we al zes jaar met de Zjwamer Gezet actief zijn." Het besluit om te stoppen heeft enerzijds te maken met de gezondheid van Gerrie. Anderzijds ervaart Chris ook onvoorziene externe factoren waardoor hij regelmatig in een (op)gejaagde situatie terecht komt vanwege de (overigens noodzakelijke) deadlines. Overigens blijft Chris niet stil zitten. "Recent heb ik een nieuwe shantygroep opgericht. Enerzijds vind ik het spijtig om te stoppen met de Zjwamer Gezet, maar van de andere kant kijk ik met trots en plezier terug op deze periode. We hebben samen de Zjwamer Gezet in de etalage gezet!", zo besluit Chris. ■



"Ik kijk met trots en plezier terug: samen hebben we de Zjwamer Gezet echt in de etalage gezet."

Oudercafé 'Kletskopjes'

In het voorjaar van 2025 startte in een ruimte aan de Veldpoort (ingang via de Neerstraat, links naast St. Jan Baptist) het oudercafé 'Kletskopjes'. Dit is een ontmoetingsplek voor ouders, verzorgers en kinderen van 0 tot 4 jaar. Terwijl twee peuters op loopauto's zich door de gezellige ruimte voortbewegen en hun ouders een kop koffie drinken, vertellen Misja Geraedts en Zakia el Haddada over hun ervaringen van het project tot nu toe. Beiden zijn werkzaam voor de welzijnsorganisatie Wel.kom.



Signaal vanuit de kinderopvang

"Het begon eigenlijk met een signaal vanuit de kinderopvang", begint Misja het gesprek. "Daar merkte men dat kinderen soms met een achterstand op de peuterspeelzaal starten. Dit signaal kwam bij de gemeente terecht, die op haar beurt de stichting Wel.kom, de welzijnsorganisatie, benaderde. Deze stichting ging met het signaal aan de slag. Allereerst constateerden we dat er in Swalmen voor de leeftijdsgroep 0 tot 4 jaar weinig aanbod is. Daarop zijn we in gesprek gegaan met verschillende partijen die in het dorp actief zijn. Deze partijen hebben we allerlei vragen voorgelegd: Herkennen jullie het signaal van de kinderopvang? Hoe zien jullie de gezinnen in Swalmen? Wat voor type gezinnen zijn dit? En welke behoefte ligt er bij hen? Verder zijn we met ouders van de doelgroep in gesprek gegaan en hebben we een enquête uitgezet." Zakia vervolgt: "Al deze informatie hebben we vervolgens gebundeld en op basis daarvan geconcludeerd dat er behoefte is aan het opdoen van sociale contacten voor ouders met kinderen in deze jonge leeftijd. Met name als de kinderen nog niet op school zitten, is het lastig om contacten te leggen. Zeker als je niet in Swalmen geboren en/of opgegroeid bent. Zodra de kinderen op school

zitten, krijg je via die weg wel contact met andere ouders, bijvoorbeeld op het schoolplein. Maar als de kinderen nog geen 4 jaar zijn, is dit lastiger."

Inloop is laagdrempelig

Zakia vertelt verder: "Na de zomervakantie zijn we met wekelijkse bijeenkomsten gestart: iedere woensdagochtend van 09.30 tot 11.30 uur. We proberen de inloop zo laagdrempelig mogelijk te houden. Ook ouders die sterk in hun schoenen staan, maar wel behoefte hebben aan sociale contacten, zijn van harte welkom. Het liefst hebben we een goede mix, zodat de ouders elkaar kunnen ondersteunen. Het is dus geen inloop voor een bepaalde doelgroep, maar voor iedereen die de behoefte heeft om andere moeders of vaders te ontmoeten en kinderen lekker te laten spelen." Misja vult aan: "Niet iedereen durft deze ruimte binnen te lopen; je komt ergens binnen waar je nog nooit bent geweest, vreemde gezichten die je aankijken. Dus als er gezinnen zijn die wél de behoefte hebben aan het Oudercafé maar de stap om er naar toe te gaan als té groot ervaren, helpen we hen daarbij. We drinken eerst een kop koffie bij ze thuis om even kennis te maken en vervolgens gaan we samen naar het Oudercafé toe. Zo kom je niet alleen op een vreemde plek binnen."

Afwisseling in de bijeenkomsten

Naast het leggen van sociale contacten kwam uit de vergaarde informatie ook naar voren dat het samen spelen met andere kinderen belangrijk werd gevonden. En er was behoefte aan informatie; allerlei thema's en ideeën werden geoperd: bijvoorbeeld hoe ga je om met emoties van het kind, kinder-EHBO, of wat doe je als jouw kind slecht slaapt. "Aangezien we zoveel mogelijk aansluiting willen bij de behoeftes van ouders/verzorgers kijken we welke informatie is interessant om te geven", legt Zakia uit. "Daarbij zoeken we steeds variatie in recreatie en informatie. Wat dit laatste betreft, kaart een bezoeker soms een onderwerp aan. Een andere keer nemen wij contact op met een instantie bijvoorbeeld het Centrum voor Jeugd en Gezin. Of er komt een gastspreker met informatie over ergotherapie voor kinderen. De recreatieve bijeenkomsten zijn vaak themagericht of seizoensgebonden, zoals herfst, Sinterklaas, Kerst of carnaval. Dan houden we rekening met de sfeer in de ruimte door deze daarbij aan te passen en zijn er gerichte activiteiten, bijvoorbeeld pietengym." "Daarnaast zetten we in op verbinding met initiatieven in Swalmen die mooi aansluiten bij het oudercafé. De landelijke burendag, eind september, hebben we bijvoorbeeld samen met St. Jan Baptist georganiseerd. Jong en oud bij elkaar en uiteindelijk komen dezelfde kinderliedjes voorbij. Dus het was een erg leuke en geslaagde bijeenkomst", vertelt Misja lachend. Zakia benadrukt tot slot nog eens. "Uiteindelijk is een mix van ouders gewoon belangrijk, naast kwetsbare gezinnen ook gezinnen die hen op sleeptouw kunnen nemen. Daarom: sluit aan, doe mee. Dat kan op elke woensdagochtend. Overigens hebben we op woensdag 25 maart nog een grotere activiteit op de planning staan. Van 9.30 tot 11.30 uur organiseren wij een paasontbijt met een bezoek van de paashaas. Dat combineren we met de viering van het Suikerfeest. Dus het beste van twee werelden: gezelligheid én lekker eten." ■

"Samen koffie drinken, kinderen laten spelen en verbinding maken."



 Voor meer informatie:
Oudercafé Kletskopjes



Dit voorjaar starten er weer computercursussen in Swalmen georganiseerd door Bibliotheek Biblorura Roermond.

- **Oefenen met de computer:** Wil je graag meer doen met je computer of tablet? Kom dan naar deze computerles. Je start op jouw niveau en oefent in je eigen tempo.
- **Oefenen met de digitale overheid:** Je hebt tegenwoordig bijna altijd je DigiD nodig om je administratie online te regelen. In deze cursus helpen we je met het aanvragen en activeren van een DigiD. Heb je al een DigiD? Dan kun je in je eigen tempo, met begeleiding, oefenen.
- **Oefenen met de digitale zorg:** In deze cursus leer je hoe je jouw dossier kunt inzien op het patiëntenportaal via Mijn LZR. Hoe je online een herhaalrecept aanvraagt, en hoe je op videoconsult bij de (huis)arts gaat.

De cursus start bij voldoende aanmeldingen. De lessen vinden plaats op vrijdagochtend van 10.00 - 12.00 uur in de Laeskamer, Markt 3a.

Onze cursussen zijn gratis en je hoeft geen lid te zijn van de bibliotheek.

Wil je mee doen of meer info meld je dan aan via:
0475-519000 of stuur een e-mail naar digitaalhuis@biblorura.nl

In samenwerking met

de Bibliotheek
Biblorura



**HEUKSKE
ZJWAAMS**

Nèske

Neet te koup
en neet te huur
tweedehandjs
puur natuur.
Veur nieks
veur ederein dae wilt
en van get klusse
en opknappe hêlt.

Dien jónge
kriegs se d'r waal in groot
en is 't rónjdóm nag get kaal
eersdaags
kump det vanzelf weer good.

Rónjdwanjelend door Zjwame
zoog ich get raars:
ouch in de vogelwereld
zin de weuninge sjaars.

Riky



Gezocht: Swalmense handjes en denkkraft!



Ben jij graag samen met anderen bezig om ons dorp mooier en gezelliger of zelfs leefbaarder te maken? Drie werkgroepen van de Dorpsraad Swalmen zoeken vrijwilligers van alle leeftijden.



➤ Werkgroep Sjoez!

Activiteiten voor en door jeugd.

➤ Werkgroep sociale samenhang

Initiatieven opzetten zoals "Same Taofele", het servicepunt, de Laeskamer en veel meer.

➤ Werkgroep Actief in je buurt

Een paar keer per jaar samen met de werkgroep het bestuur per mail adviseren over binnengekomen initiatieven van inwoners.

Kijk op www.dorpsraadswalmen.nl (of scan de QR-code) voor meer informatie over de werkgroepen en hun activiteiten. Lijkt jou dit iets of wil je eerst meer weten? Neem dan contact op via www.dorpsraadswalmen.nl/contact



Luus Gielens, onze Swalmer zwemkampioene

Van meerdere kanten werd de redactie getipt om een interview te houden met Luus Gielens. Een zeer talentvolle zwemster die -pas 16 jaar oud- in het Nederlandse Opleidings-Centrumteam zwemt. Onlangs heeft ze in Maastricht een toptijd gezwommen op de 100 meter vrije slag voor meisjes onder 18. Daarmee staat ze nu op de eerste plaats van Nederland binnen haar leeftijdscategorie met een tijd van 56,82 seconden. Inderdaad tijd voor een gesprek met haar.

Luus, wanneer ben je begonnen met zwemmen? Vond je het meteen al leuk?

“Toen ik 4 was ben ik, net als veel andere kinderen, begonnen met zwemles in Melick. De eerste drie badjes waren geen succes. Mijn ouders dachten al dat het niets zou worden. Maar daarna haalde ik in één jaar mijn A, B en C-diploma en begon ik zwemmen echt leuk te vinden. Badmeester Charles stimuleerde me om verder te gaan bij De Roersoppers in Melick. Daar heb ik enkele jaren getraind, maar qua training hadden ze daar toch minder te bieden. Op mijn tiende ben ik overstapt naar Hellas/Glana in Sittard. Daar waren meer trainingsmogelijkheden.”

Hoe ben je bij PSV (Philips Sport Vereniging) in Eindhoven terecht gekomen?

“Ik was toen 13. In Sittard kende ik enkele meisjes die overstapten naar de zwemopleiding van PSV. Dat wilde ik ook wel. Je wordt daar niet zomaar aangenomen. Maar het is mij toch gelukt. Het eerste jaar heb ik voor PSV gezwommen. De laatste twee jaar train ik full-time voor het OpleidingsCentrum (OC). Het OC is het opleidingsteam van de KNZB (Koninklijke Nederlandse Zwembond). Hier word je voor geselecteerd. Je moet wel nog verbonden zijn met een club. De selectie gebeurt op basis van ambitie en de tijden die je zwemt. Er zijn in Nederland maar vier van dergelijke opleidingscentra. Ik heb het erg naar mijn zin in Eindhoven, werk prettig samen met de andere meiden, maar als er wedstrijden zijn, zijn we wel elkaars concurrentes.”

Moet je vaak trainen en waar gebeurt dat meestal?

“Trainen doe ik twintig uur per week samen met andere meisjes in een van de vier zwembaden van het Pieter Hoogenband Zwemstadion. Op maandag- en zaterdagochtend van 8.00 tot 10.00 uur, op dinsdag- en donderdagmorgen van 6.00 tot 8.00 uur en iedere middag van 15.00 tot 17.00 uur. Op dinsdagmiddag heb ik krachttraining om mijn motoriek te

verbeteren. Dat trainingsschema betekent dat mijn vader of moeder mij op dinsdag en donderdag al om 5.00 uur naar Eindhoven brengt. Ik reis wel zelf met de trein terug naar Swalmen. Vaak zijn er wedstrijden op zaterdag en zondag. Dan zwem ik dus elke dag. Alleen 's zomers heb ik drie weken vrij. Het reizen kost de nodige tijd. Er is ook wel een campus waar ik zou kunnen

wonen, maar ik vind het toch prettiger om gewoon elke avond thuis te zijn.”

Je bent 16, dus nog leerplichtig. Waar zit je op school en hoe combineer je school met je zwemsport?

“Ik zit nu op 5 havo van het Sint-Joriscollege in Eindhoven. Je moet, om in de talentenklas te komen, wel



Foto: Kees-Jan van Overbeek

een officiële topsportstatus hebben en de ambitie en het talent om door te groeien naar internationaal niveau. De school past zich aan mijn trainings-schema aan. Ik heb vrijstelling voor gym en CKV (Culturele Kunstzinnige Vorming). Dit jaar doe ik examen in drie vakken: Nederlands, economie en wiskunde. Volgend jaar doe ik dan bedrijfseconomie, Engels en geschiedenis, want ik wil wel mijn havodiploma halen. De lessen zijn tussen 9.00 en 14.00 uur. Ook maak ik in die tijd mijn huiswerk of doe zelfstudie. Thuis hoeft ik dan niets meer aan mijn schoolwerk te doen. In mijn klas zit nog één meisje dat ook zwemt, de anderen komen uit diverse andere professionele takken van sport."

'Samen met haar teamgenoten van PSV behaalde ze goud op de 4 x 100 meter wisselslag estafette voor meisjes onder de 16 jaar tijdens de Nederlandse Jeugd Kampioenschappen in Drachten' lezen we in een verslag. Mooi als zoiets over je geschreven wordt. Wat vind je zelf je beste prestatie?

"Een jaar geleden was ik Nederlands kampioen op de 800 meter vrije slag voor meisjes onder 16. Dat was in Den Haag. En ik ben erg trots om de snelste van Nederland te zijn in mijn leeftijdscategorie op de 100 meter vrije slag (borstcrawl)."

Welke zwemslag en welke afstand vind je het leukst? En ben je daar ook goed in of moet daar nog hard aan gewerkt worden?

"Ik train vooral op borst- en rugcrawl, 50, 100 en 200 meter. Het spannendste vind ik de 200 meter wisselslag. Dan zwem je achtereenvolgens baantjes van 50 meter vlinderslag, rugcrawl, schoolslag en borstcrawl. Ik moet vooral nog werken aan het starten, dat gaat nog 0,8 tot 0,9 tienden van seconden te langzaam. En dat maakt meteen verschil of je eerste of vierde kunt worden in een wedstrijd. Ook aan mijn keerpunten kan ik nog wel wat verbeteren."

Verslijt je veel badpakken?

"Daarvan heb ik er wel wat nodig, ja. Ik heb vier trainingsbadpakken en drie wedstrijdbadpakken. Die laatste hebben korte pijpen en er zit carbon in. Ze zitten zo strak dat ik wel tien minuten nodig heb om ze aan te trekken. Ook moeten ze een officieel keurmerk hebben, anders word je gediskwalificeerd."

"Ik ben best wel ambitieus en heb veel over voor mijn sport, maar moet nog afwachten of ik het allemaal waar kan maken."

Heb je veel steun van je ouders?

"Zeker wel. Ze brengen me op dinsdag en donderdag om 5.00 uur naar Eindhoven, zodat ik op tijd kan trainen. Ze komen naar wedstrijden kijken en moeten vaak hotelovernachtingen regelen. Ze hebben allebei ook op hoog niveau gesport en begrijpen het allemaal goed."

Zien we je ook wel eens bezig in ons Swalmer zwembad? En heb je behalve wedstrijdzwemmen nog andere liefhebberijen?

"Daar kom ik heel af en toe en dan alleen om recreatief te zwemmen. Ik ben ook graag creatief bezig. Teken en bakken vind ik leuk om te doen in mijn vrije tijd."

Waar zie je jezelf over een jaar of tien?

"Daar durf ik niet goed antwoord op te geven. Ik ben best wel ambitieus en heb veel over voor mijn sport, maar moet nog afwachten of ik het allemaal waar kan maken. Ik hoop volgend jaar mee te mogen doen aan het Europees Junioren Kampioenschap onder de 18. Daar doen natuurlijk alleen de beste zwemmers van Europa aan mee omdat je aan bepaalde limieten moet voldoen. Concurrentie is er best wel."

Nou Luus, laten we hopen dat je je ambitie waar kunt maken. Dank je wel voor dit inkijkje in jouw leven als aankomend topsporter. ■



Evenementen-agenda

8 maart

Kinderkleding- en speelgoedmarkt
De Robijn

11 maart Same taofele

De Boei,
diner 17.00 uur

15 maart Rommelmarkt

De Robijn

15 april Same taofele

Aan de Grens,
diner 17.00 uur

2 en 3 mei

Boekenmarkt Harmonie
De Robijn

14 mei

Hemelvaartsdagfietsstocht
MHVS

14, 15, 16 mei

Voorjaarsmarkt
Centrum

16 mei

Cultuur- en Poëziemiddag
De Sjtasie

24 en 25 mei

**Internationale
Keramiekmart**
Terrein bij zwembad
De Bosberg

9 t/m 12 juni

**Wandel4Daagse
voor de jeugd**

10 juni Same taofele

St. Jan Baptist,
diner 12.00 uur

Geef evenementen die bedoeld zijn voor alle Swalmenaren tijdig door aan de redactie. Kijk voor meer informatie op www.zjwameaktueel.nl Deze kalender is bedoeld voor alle Swalmenaren, dus niet voor uitsluitend verenigingsnieuws.

DIT BEN IK



Foto: f Studio Joke

Norah Füsers, 8 jaar

Basisschool 'Leeve', groep 5

01

Met wie woon jij samen?

Ik woon samen met papa, mama, zusje Bowie en twee broers Sim en Lenn. We hebben ook een hond, die heet Mozzie. Ook heb ik twee onzichtbare muisjes die op mijn schouder zitten. **Huh?** Dat zijn mijn vriendjes. Die waren er opeens.

02

Wat is jouw grootste wens?

Mijn opa (de vader van mijn mama) is pas overleden. Hij was heel grappig en ik mis hem heel erg. Wat zou het fijn zijn als hij terug zou kunnen komen...

03

Wat doe jij het liefste?

Ik speel vaak met vriendjes en vriendinnetjes. Teken, make-uppen, zingen en Roblox. Ook hebben we met zwarte en gele kleren de film 'KPop Demon Hunters' nagespeeld.

04

Waar heb je een hekel aan?

Ik vind het niet fijn als mijn zusje mij onverwachts wakker maakt. Ook als ik van papa of mama op moet schieten om naar school te gaan. Dat vind ik soms wel lastig. Maar ja, ik moet op tijd in school zijn, want anders...

05

Hoe ziet jouw leven er over tien jaar uit?

Dan heb ik een vriendje en ga dan naast mijn vriendin Nova wonen in Neeldervelt. Ik weet nog niet precies wat ik later wil worden, maar misschien juffrouw of werken in het restaurant bij papa.

06

Wat zou je als kinderburgemeester van Swalmen willen veranderen?

Er moeten meer huizen gebouwd worden. Bij ons in de buurt is helemaal geen speeltuin. Ook moeten we meer tegen klimaatverandering doen.

07

Heb je nog iets bijzonders meegemaakt?

Pas geleden; toen ik van de glijbaan afging, bleef mijn broek hangen en heb ik mijn teen gebroken. Die teen moest toen in het gips. Tijdens vakantie in Oostenrijk kwamen we in een noodweer terecht. Allerlei bomen vielen om en toen zaten we vast met onze auto. Dat was heel spannend.

Servicepunt Zjawame

Markt 3a, 6071 JD Swalmen
servicepunt@dorpsraadswalmen.nl
T 0475-769151*

*Alleen bereikbaar tijdens openingstijden

Wijksprekeuur

Iedere dinsdagmiddag van
13.00 tot 15.00 uur in het
Servicepunt Zjawame.

Wie is er wanneer aanwezig?

→ 1^e dinsdag van de maand

Wijkagent: Terence Oey

Wijkboa's: Ron Slaats,
Frank Janssen

→ 2^e dinsdag van de maand

WMO consultant van de
gemeente Roermond

→ Wekelijks

WegWijzer vanuit VIJF:

Consulent WegWijzer vanuit VIJF

Repair-café

Elke eerste woensdag van de
maand van 9.00 tot 12.00 uur
naast de Laeskamer.

Digi-café

Elke donderdag van 14.00 tot
16.00 uur in de Laeskamer.

BEHALVE IN DE SCHOOLVAKANTIES!

55Plus Kefee

Elke laatste maandag van de
maand van 14.00 tot 17.00 uur
bij EffeNieks.

Laeskamer

De Laeskamer is vier dagen per
week geopend.

Maandag van 10.00 tot 12.00 uur
Dinsdag van 14.00 tot 16.00 uur
Woensdag van 10.00 tot 12.00 uur
Donderdag van 14.00 tot 16.00 uur
U kunt bij ons terecht voor het
ruilen van boeken.

Colofon

De Zjawame Gezet is een uitgave
van de Stichting Dorpsraad
Swalmen. De redactie bestaat uit
Geert Julicher, Patrick van Cann
en Riky Simons-Julicher. De
Zjawame Gezet wordt huis-aan-
huis verspreid in Asselt, Boukoul
en Swalmen, behalve bij adressen
met een nee/nee sticker. U kunt een
(extra) exemplaar meenemen in de
Laeskamer, bij Van Heijster Kantoor/
Boekado of bij Jumbo Swalmen.
Digitaal lezen kan ook. Kijk hiervoor
op www.dorpsraadswalmen.nl.

Productie: Studio Done, Swalmen
Druk: Plaza Grafica, Roermond

provincie limburg
gesubsidieerd door de Provincie Limburg

