

Stamnummer K.B.V.B.: 9512
www.fcgullegem.be – infojeugd@fcgullegem.be
Rekening nummer jeugd: BE95 0015 4548 7458

NIEUWSBRIEF 2

Gullegem, oktober 2019

Beste speler, beste ouders,

Op regelmatige tijdstippen zal u ook dit seizoen een nieuwsbrief ontvangen. In deze brief proberen wij steeds de nodige info te verschaffen in verband met het reilen en zinnen binnen FC Gullegem.

Emiel

We moesten afscheid nemen van jeugdspeler Emiel Degrande. Woorden schieten te kort.



Stamnummer K.B.V.B.: 9512
www.fcgullegem.be – infojeugd@fcgullegem.be
Rekening nummer jeugd: BE95 0015 4548 7458

Warm FC Gullegem



FC Gullegem is een familieclub. Daarom willen we een actie op het touw zetten voor De Warmste Week van Studio Brussel.

Het goede doel dat we gekozen hebben heet: **Hartekinderen**

VZW HARTEKINDEREN

Bijna 1 op 100 baby's in België wordt geboren met een hartafwijking!

Wij zijn er voor deze kinderen, jongeren en volwassenen met een aangeboren hartafwijking en hun families!

De concrete acties zijn de volgende:

In de kantine komt een **Rosspot**: Stop er al je overbodige roste centjes in voor het goede doel.

De opbrengst van de koffie met taart tijdens het eetfestijn op **15 december** gaat integraal naar vzw Hartekinderen.

Op **19 december** wandelen/lopen we dan met de volledige jeugdwerking naar het Mandelaplein om de cheque van onze actie te gaan afgeven. Het is de bedoeling om het lopen of wandelen te laten sponsoren door al wie zin heeft. Ouders, vrienden, familie. Meer nieuws hierover volgt later.

Stamnummer K.B.V.B.: 9512
www.fcgullegem.be – infojeugd@fcgullegem.be
Rekening nummer jeugd: BE95 0015 4548 7458

Betalingsgemak

Onze jeugdwerking is een samenwerking aangegaan met ClubCollect.



Clubcollect is een online platform dat de leden van onze club de mogelijkheid biedt om lidgelden en deelnames aan evenementen gemakkelijk online te betalen.

Binnenkort volgt meer informatie.

Talent naast het veld

We zoeken iemand die goed is in het ontwerpen van affiches en flyers. Wie kan er een beetje met photoshop om, wie is creatief en wil een paar keer per jaar een affiche ontwerpen voor de activiteiten van de jeugdwerking. Graag een mailtje naar bart.vanhoorde@fcgullegem.be.

Wist je datjes

Wist je dat Samira van de kantine voor haar verjaardag een gratis vat en gratis cava schenkt na het eetfestijn, kwestie van het feest in gang te zetten.

Wist je dat onze eerste ploeg goed bezig is in de competitie 2^e amateur. Bij elke thuiswedstrijd zullen jeugdspelers mee oplopen met de spelers.

Wist je dat.... je heel veel informatie kan vinden over de club op onze website. www.fcgullegem.be

Wist je dat.... als netwerkclub van KV Kortrijk we uitgenodigd worden om de wedstrijd KV Kortrijk - KAS Eupen van 29 oktober te volgen en dit voor de luttele som van €5,-.

Wist je dat.... we nog steeds samenwerken met TROOPER. Als je een internet aankoop doet, doe dat dan via Trooper en zo krijgt onze jeugdwerking ook nog een extra centje. www.trooper.be

Stamnummer K.B.V.B.: 9512
www.fcgullegem.be – infojeugd@fcgullegem.be
Rekening nummer jeugd: BE95 0015 4548 7458

Wist je dat.... onze U13 reeds 2x deelnamen aan een 5 km run voor het goede doel. Ze deden mee met de bruggenloop en met de ezelsrun.

Wist je dat.... het vlugger donker wordt. Kom je met de fiets, laat je zien! Maak je fiets in orde en draag fluo!



Activiteiten & evenementen

FC Gullegem is een actieve club, zowel op het veld als naast het veld. We hebben heel wat activiteiten op het programma staan.



De eerstvolgende activiteiten zijn:

- Bingoavond 19 oktober

- Onderbouw Matcht! woensdag 30 oktober

- Sinterklaasfeest woensdag 4 december

Noteer alvast ook deze data in je agenda:

Zaterdagavond 14 december: Kerstmarkt op de Poezelhoek voor, tijdens en na de match tegen Sint-Niklaas. Speciale actie voor Kinderen die een kerstmuts aan hebben!

Zondag 15 december: Jaarlijks eetfestijn ten voordele van de jeugdwerking. Stoofvlees met frietjes – Info volgt

Stamnummer K.B.V.B.: 9512
www.fcgullegem.be – infojeugd@fcgullegem.be
Rekening nummer jeugd: BE95 0015 4548 7458

Lifestyle

Start jouw dag met een mineralen cocktail!

Na het ontwaken is jouw lichaam uitgedroogd en snakt het naar waardevolle mineralen om jouw lichaam goed te laten functioneren doorheen de dag! Een combinatie van een drankje bestaande uit water met elektrolyten zorgt ervoor dat jouw cellen beter vocht opnemen en geeft je lichaam een energieboost! Je kan dit drankje ook gerust maken om tijdens de wedstrijd op te nemen ter vervanging van de Aquarius / Extra die vaak gebruikt wordt...

Actieplan na het ontwaken:

- Neem 350ml gefilterd water of bronwater
- Voeg 3g zeezout toe (Himalaya is de beste optie)
- Pers 1/4de citroen uit en voeg toe
- Schud het doorheen en drink het op!