

VC ZWIJNAARDE

SEIZOEN 2023-2024



ALGEMENE AFSPRAKEN VOOR EEN
GOEDE SAMENWERKING



1/ AFWEZIGHEDEN

A/ Trainingen

De dag voor een geplande training (rond 12:00 uur) zal een poll verstuurd worden in de WhatsApp groep 'VCZ – COM – S2324' met de vraag de aan- of afwezigheid in te geven! Probeer dit direct in te geven, zo geraakt dit niet vergeten!

De ingaven dienen uiterlijk tegen 12:00 uur van de dag van de training doorgegeven te zijn! Elke afwezigheid na 12:00 uur dient **PERSOONLIJK** aan de coach meegedeeld te worden, met de reden van afwezigheid. Om misverstanden te vermijden, doet u dit bij voorkeur door een persoonlijk gesprek, liever dan met een bericht. Indien de coach niet bereikbaar is, spreekt u een boodschap in.

Alle aanwezigheden zullen door de club zelf bijgehouden worden via ons registratiesysteem en kan door iedere speler ten allen tijde opgevraagd worden indien gewenst.

B/ Wedstrijden

Iedere afwezigheid voor de aanstaande wedstrijdperiode (volledige weekend van vrijdag avond tot zondag avond), dient **VOOR** de start van de donderdagtraining (of laatste training van de week) doorgegeven te worden aan de coach! Dit kan best in een persoonlijke mededeling voor de training of via een bericht indien niet aanwezig op de training.

Meldingen van niet-beschikbaarheid na de bekendmaking van de selecties, worden beschouwd als onaanvaardbaar en kunnen aanleiding zijn voor niet-selecties de volgende weken!

Het melden van afwezigheden de dag van de wedstrijd zelf worden altijd **PERSOONLIJK** aan de coach meegedeeld via telefonisch contact, **NIET** via berichten!

C/ Algemeen

De boetes voor afwezigheden zijn opgenomen in overeenkomst tussen club en speler.

We beseffen ten zeerste dat afwezigheden deel kunnen uitmaken van het voetbalgebeuren in samenhang met de privéomstandigheden (werk – school – ziekte – gezin – ...), maar tracht dit toch tot een minimum te herleiden.

Afwezigheden geven meestal aanleiding tot vele frustraties bij zowel de technische staf als bij de eigen medespelers, en zijn een bron voor slechte sfeer en mindere resultaten!

Het blijft de verantwoordelijkheid van de coach om eventuele sportieve sancties te nemen naar aanleiding van (meerdere) afwezigheden.

D/ Contactgegevens:

T1 – Steve Van Den Neste	0496 64 25 48
T2 – Cédéric Verniest	0477 45 13 56
TB – Marianne Wauters	0485 70 86 82
DM – Cliff Matthijs	0478 52 25 35
OA – Danny Hofman	0497 54 41 23
TD – Sammy De Bundel	0478 28 68 33
KI – Margo Laemers	0478 11 42 84

2/ SELECTIES

Laat het duidelijk zijn dat trainen de basis is om een goede match te spelen! In combinatie met de doelstellingen die de club voorop heeft gesteld, lijkt het dus ook evident dat aanwezigheid op trainingen, het uitgangspunt is van de wedstrijdselecties!

Voorwaarden voor A-selectie

- Minimum 1 voltooide training in de week voorafgaand van de wedstrijd [EN]
- Minimum 4 voltooide trainingen van de 6 voorafgaande trainingen van de wedstrijd

Alternatieven voor een training (enkel na akkoord van de coach)

- Medische behandeling op de dag van de training in samenspraak met de kiné (Margo)
- Duurloop van 10km door te geven via Strava
- Individuele loopsessie (ter plaatse van de training) in samenspraak met de kiné (Margo)

Selectieprocedure

- Opmaak selectie A door coach Steve (in samenspraak met T2, TB en DM)
- Opmaak selectie B door coach Marianne (in samenspraak met T1, T2 en DM)
- Opmaak selectie U21 door coach Christoph (in samenspraak met T2 en TB)
- Communicatie selecties via WA groep ten laatste 24 uur voor aanvang van de wedstrijd(en)
- Na de wedstrijd van team B worden aanvullende selecties voor team A, doorgegeven aan de betreffende speler(s)

Laat het duidelijk zijn dat NIEMAND het privilège bezit om enkel met het team A te moeten aantreden!
Iedereen aangesloten bij VC Zwijnaarde kan opgeroepen worden voor U21 (mits leeftijdsgrens), Beloften of 1^e Ploeg!
Vragen betreft selecties worden enkel besproken met de technische staf.



3/ BLESSURES

We wensen het niemand toe, maar voetbal gaat spijtig genoeg ook samen met ongevallen en blessures. Het is dan ook van uiterst belang dat we rond blessures duidelijke afspraken maken. Dit met enig doel om zo snel als mogelijk terug fit te worden en selecteerbaar te zijn voor wedstrijden. Een goede opvolging en communicatie is hier dus heel belangrijk!

Aangifte ongeval - Verzekering

Ieder aangesloten lid van VC Zwijnaarde is automatisch verzekerd voor ongevallen die voortvloeien uit (voetbal)activiteiten die rechtstreeks gelinkt zijn aan officiële sportmomenten van onze club. De verzekering wordt echter wel gedragen door de Voetbalbond, waarbij wij als club zijn aangesloten en onderhevig zijn aan hun reglement.

Link verzekering Voetbal Vlaanderen : www.voetbalvlaanderen.be/club/verzekering

Procedure ongeval met tijdelijke onbeschikbaarheid

1/ Aangifte

Na een ongeval op training of tijdens de wedstrijd kunt u best zo snel als mogelijk de nodige (eerste) zorgen laten toedienen en/of een medische diagnose te laten uitvoeren. Dit kan best bij uw huisarts of eventueel op de spoeddienst van het dichtstbijzijnde ziekenhuis.

Hierbij laat u het document 'Aangifte / Medisch getuigschrift' invullen en ondertekenen door de behandelende arts! Dit document kan u vragen aan de afgevaardigde van uw team of downloaden via onze website www.vczwijnaarde.be (onderaan startpagina). Nadien bezorgt u BINNEN DE 14 DAGEN dit document terug aan de GC van de club, zodat we tijdig de procedure bij Voetbal Vlaanderen kunnen opstarten! Bij het laattijdig indienen van de aangifte, vervalt het recht op terugbetaling.

Bij aanvaarding van uw dossier ontvangt u een document 'Ontvangsbewijs' dat u dient te bewaren gedurende uw inactiviteit.

2/ Periode van onbeschikbaarheid

Na de diagnose neemt u ALTIJD contact op met onze kiné (Margo) die samen met u de revalidatie zal bespreken. Bij voorkeur kan dit in samenspraak bij Kinewel (waar Margo werkzaam is), maar het is een vrije keuze bij welke medische instantie u zich laat behandelen.

Tijdens de periode van onbeschikbaarheid is het VERPLICHT om minstens 1x per week de evolutie van de blessure door te geven aan onze kiné (Margo), die dan op haar beurt iedereen binnen de club verder zal informeren.

3/ Hervatten trainingen/wedstrijden

Zodra u groen licht hebt gekregen van de behandelende arts om trainingen en/of wedstrijden te hervatten, dient u de coach te verwittigen van uw aanwezigheid op training. Indien nodig kan een aangepast trainingsschema van toepassing zijn!

U laat het document 'Ontvangsbewijs' invullen door uw behandelende arts en bezorgt dit terug aan de GC van de club.

Zodra u de wedstrijd activiteiten hervat (vermelding op het wedstrijdblad), kunnen GEEN medische onkosten meer in rekening gebracht worden voor terugbetaling.

4/ Terugbetaling

Zodra u door uw behandelende arts 'gezezen' verklaart bent, kan u alle onkosten binnen brengen aan de GC van de club. Alle documenten van onkosten (medicatie – hospitalisatie – kiné – ...) dienen ORIGINELE documenten te zijn, dus geen kopieën!

De onkosten moeten ook steeds vergezeld worden door een origineel overzicht van uw mutualiteit, betreft de gerelateerd terugbetalingen van het ziekenfonds. Dit overzicht dient u op te vragen bij uw mutualiteit.

Zodra alle onkosten zijn goedgekeurd door de verzekering van Voetbal Vlaanderen, ontvangen wij als club een melding van het terug te storten bedrag. Dit bedrag wordt dan (enige tijd later) op onze 'rekening courant' gestort en in rekening gebracht bij onze eerstvolgende maandelijkse afrekening.

Na deze storting zullen wij het integrale bedrag overschrijven op een door u doorgegeven rekeningnummer.

Ongeval of blessure zonder (tijdelijke) onbeschikbaarheid

In sommige gevallen kan een (lichte) blessure last veroorzaken, echter zonder verdere onbeschikbaarheid voor wedstrijden. Ook in dit geval blijft de procedure dat u zich in contact stelt met onze kiné (Margo) die de situatie verder zal opvolgen.

Speciaal hiervoor kan iedere speler per seizoen maximaal 3 GRATIS kiné-beurten bekomen bij Kinewel (www.kinewel.be) na afspraak met onze kiné (Margo). Hiervoor kan u het bewijs van vergoeding (opleg ziekenfonds) bezorgen aan de GC van de club, waarna u de oplegsom zal terugbetaald krijgen bij een volgende uitbetaling.

Gebruik tape en/of fysiotape

De club voorziet steeds een kleine voorraad tape en fysiotape, voor occasionele gevallen!

Spelers die frequent tape of fysiotape dienen te gebruiken, kunnen dit door onze kiné (Margo) laten aanbrengen op de wedstrijden van team A, maar dienen ZELF de tape of fysiotape mee te brengen en te bekostigen!



4/ LIDGELDEN - VERGOEDINGEN

A/ LIDGELD

Jaarlijks kost een (jeugd)speler de club grosso modo gerekend 500€. Dit omvat aansluitingen, bondstaksen, verzekering, kledij, nutsvoorzieningen, kiné, huur, ... Deze kosten worden deels opgevangen met het jaarlijks lidgeld dat door IEDER lid van de club (van U6 tem Seniors) wordt betaald. Hierop worden GEEN uitzonderingen gemaakt.

Teneinde alles vlot te laten verlopen, dient het lidgeld VOOR 15.08.23 betaald te worden aan de club. Dit kan best door het bedrag over te schrijven op rekeningnummer BE34 8910 1410 2190 met vermelding van uw naam.

Indien het lidgeld niet tijdig betaald is, dan kunnen wij geen speelgelegenheid garanderen (trainers worden hiervan op de hoogte gebracht) en bent u ook niet verzekerd bij eventuele ongevallen op training of wedstrijd!

Meer over onze contributies (lidgeld) kan u lezen op onze website via volgende link: www.vczwijnaarde.be/378/contributies

B/ VERGOEDINGEN

Om misverstanden te voorkomen, zullen we met ALLE spelers een overeenkomst op papier zetten, met alle contractuele rechten en plichten. Voor zover dit nog reeds gedaan is (nieuwe spelers hebben dit reeds ondertekend), zullen we dit in orde brengen ten laatste op 15.08.23!

Zoals u vermoedelijk wel reeds vernomen hebt of zaken opgevangen hebt, is er betreft de vergoedingen in het (amateur) voetbal, recentelijk veel gezegd en geschreven, naar aanleiding van de verplichting ons opgelegd door de Voetbalbond, om ALLE contracten verplicht te melden en door te sturen naar de bevoegde instantie van de Voetbalbond.

Naast dit feit, zijn er recentelijk heel veel discussies, gerechtelijke uitspraken en klachten gekomen, waardoor de correcte juridisch grondslag vooralsnog niet duidelijk is. Mede hierdoor, hebben we bij VC Zwijnaarde besloten, om voorlopig af te wachten tot er meer duidelijkheid komt vanuit officiële instanties.

Zodra alles duidelijk en rechtsgeldig is, zullen we alle spelers op de hoogte brengen, welke maatregelen er dienen genomen te worden! Laat het wel duidelijk zijn, dat VC Zwijnaarde de overeengekomen (financiële) verplichtingen die zijn opgenomen in onze overeenkomst, zal nakomen! Enkel de juridische verplichtingen zullen we dan later bijvoegen en doornemen met iedereen!

C/ BOETES

Laat het duidelijk zijn! Wie doet wat hij moet doen, zal op het einde van het seizoen NUL euro aan boetes betaald hebben! Helaas blijkt het opleggen van boetes de enige vorm die werkt teneinde de nodige discipline te handhaven.

Alle mogelijke boetes zijn opgenomen in de overeenkomst voor het betreffende seizoen en zullen bij iedere uitbetaling afgehouden worden van de wedstrijdpremies. Bekijk deze dan ook eens goed, zo zijn er achteraf geen misverstanden.

Een overzicht van alle boetes (Seniors) zal iedere week ook duidelijk gecommuniceerd worden, zodat iedereen bij voorbaat weet wat er zal afgehouden worden. Doelstelling = EEN BLANCO OVERZICHT !!!



5/ INTERN REGLEMENT

A/ TRAINING

- Er terrein wordt nooit zonder toestemming verlaten.
- Breng steeds je eigen drinkbus mee.
- Naar doel trappen voor, tijdens en na de training is niet toegelaten, tenzij dit als oefening wordt gevraagd.
- Bij aankomst wordt de 'verwelkoming' gegeven aan trainers, spelers, bestuursleden en alle door U gekende mensen.
- Al het afval deponeren we in de voorziene afvalcontainers rond het terrein of in de kleedkamers.
- Elke speler is verantwoordelijk voor het ter beschikking gestelde materiaal. Een beetje hulp bij het verzamelen en de logistiek van het materiaal van materiaalruimte naar het terrein en omgekeerd, is raadzaam.
- Roken in en rond de kleedkamer is niet toegelaten, enkel in de voorziene rookruimtes. Bij voorkeur wordt er niet gerookt!
- Spelers die wensen te testen (eventueel op voorpraak van spelers), dienen dit minimum 1 dag op voorhand te melden.

B/ WEDSTRIJD

- Het dragen van de club-kledij voor en na de wedstrijd is verplicht!
- Vergeet uw ID-kaart niet op iedere wedstrijd, ook al heeft de club een copy ter beschikking.
- Breng steeds je eigen drinkbus mee.
- Het dragen van de opwarm kledij voor de wedstrijd is verplicht!
- Na de opwarming bezorg je de ontvangen opwarmkledij (t-shirt en/of regenjack) terug aan de afgevaardigde.
- Na de wedstrijd bezorg je de wedstrijdkledij (shirt – short – kousen) terug aan de afgevaardigde in ontvangen toestand.
- Al het afval deponeren we in de voorziene afvalcontainers rond het terrein of in de kleedkamers (ook op uitwedstrijden).
- Bij de schoenen controle geef je de scheidsrechter altijd een handdruk en doe je wat gevraagd wordt.
- Respecteer het uur van afspraak!
- Bij vervangingen groet je uw vervanger en iedereen in de dug-out.
- Roken in en rond de kleedkamer is niet toegelaten, enkel in de voorziene rookruimtes. Bij voorkeur wordt er niet gerookt!
- Na de wedstrijd is er een verplicht kantine bezoek (zie ook punt 6B)

C/ ALGEMEEN

- Iedere speler verbindt er zich toe te leven zoals het een sportman past en zich correct te gedragen.
- Fairplay op en naast het veld is een vereiste, in contact met scheidsrechters, publiek, tegenstanders, medespelers en trainers.
- Reacties van spelers naar trainers zullen op geen enkel moment aanvaard worden, en worden beboet.
- Laat negatieve reacties steeds uit. Even alles laten bezinken en een goed gesprek tijdens de week doen wonderen!
- Supporters, maar in grote mate zeker medewerkers en vrijwilligers van de club, zijn de basis van de clubwerking. Een begroeting voor of na de training, wedstrijd of andere samenkomst is dan ook een kleine moeite.



6/ TOT SLOT...

A / ACTIVITEITEN

Laat het duidelijk zijn dat de club geen activiteiten organiseert om u te pesten of het geld uit uw zakken te halen. Activiteiten zijn er enkel en alleen om de club financieel boven water te kunnen houden. Zonder inkomsten uit activiteiten is het niet mogelijk om als club alle financiële verplichtingen en engagements na te komen. En uiteindelijk zullen in dergelijk geval de spelers en trainers als eerste nadelige gevolgen ondervinden, omdat we als club altijd eerst de wettelijke verplichtingen (bondsbijdragen – nutsvoorzieningen – BTW – facturen leveranciers – bank kosten) zullen nakomen en betalen.

Lees dan ook duidelijk in uw overeenkomst welke onze verwachtingen zijn betreft de aanwezigheid op onze activiteiten. Tevens zijn de activiteiten ook een gelegenheid om de groeps sfeer en teamspirit aan te wakkeren.

Reeds geplande activiteiten:

- 14 & 15 Oktober 2023 : Steakfestijn (alternatief verkrijgbaar)
- 22 december 2023 : Quiz (teams van 4 personen)
- 6 januari 2024 : Nieuwjaarsreceptie
- 9 juni 2024 : Vaderdag ontbijt (bezorging of take-away)

Indien er ideeën zijn voor activiteiten, individueel of in groep, laat het zeker niet na om ons te contacteren!

B/ TEAM



De beste basis voor het behalen van resultaten is het vormen van een uitstekend team. Naast de vereiste van de sportieve capaciteiten van iedere speler individueel, is teamspirit de lijm tussen alle individuen die het geheel als dusdanig compleet maakt!

Daarom is het ook zo belangrijk dat er ook naast het veld genoeg momenten zijn waarop iedereen SAMEN is. Samen de succes vieren, maar ook samen de teleurstellingen verwerken. Want sport is nu eenmaal winnen en verliezen, al willen we dit laatste tot een minimum herleiden.

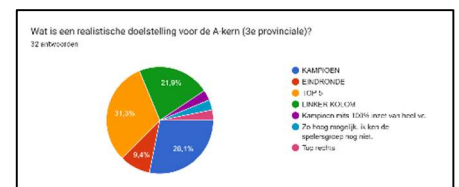
Laat mij toe te zeggen dat we de laatste seizoenen niet de beste resultaten behaald hebben als club en dus ook als spelers. Redenen vinden voor deze magere jaren is niet steeds evident en hangt soms af van kleine factoren. Maar iedereen zal ons wel moeten bijtreden als ik we zeggen dat de samenhang als team binnen het A-team soms te betreuren viel.

Om dit samen te bewerkstelligen is er in samenspraak met de technische staf beslist om onderstaande verwachtingen te communiceren!

- Na de thuiswedstrijd (team A) verzamelen we allemaal (spelers + staf) samen om een boterham te nuttigen, 45 minuten na de match voor minimum 30 minuten! Ook na een verliesmatch en de daarbij horende teleurstelling.
- Na een uitwedstrijd komt iedereen eens binnen in de bezoekende kantine en nuttigt minimum 1 consumptie!
Probeer hierbij als groep samen te staan, dat geeft een positief image aan het team en VC Zwijnaarde.
- Na de donderdag training komt IEDEREEN minstens 2x per maand naar de kantine van VC Zwijnaarde.

C/ DOELSTELLINGEN

De resultaten van de bevraging (zie grafiek) liegen er niet om! Er is binnen de spelersgroep een enorm geloof in een goed seizoen van VC Zwijnaarde. Geloof is echter maar één facet, de realisatie hiervan nog veel belangrijker.



Als club gaan wij dit seizoen niet starten met concrete doelstellingen uit te spreken en ons eerder sober opstellen naar de buitenwereld. Het zou van hoge dunk blijk geven, na het voorbij rampseizoen om straffe uitspraken te doen. Wat uiteraard niet weg neemt, dat de ambitie voor het hoogst haalbare er uiteraard wel is!

Laat eerst en vooral de doelstelling zijn, terug vreugde aan het 'spelleke' voetbal te beloven. Zowel individueel als in clubverband. De rest volgt dan wel, zeker weten.

D/ DE COACH MET HET SLOTWOORD...

Tussen twee voetbalseizoenen zit een pauze waarin voetballers over het algemeen niet of nauwelijks trainen maar volop genieten van vakantie. Dit is een periode waarin het lichaam tot rust kan komen, reserves kunnen opgebouwd worden en men zich weer geestelijk kan opladen voor het volgende seizoen.

Vaak vertrekken er spelers of komen er bij en daarvoor is er tijd nodig om aan elkaar te wennen. Het samenwerken en presteren als team wordt heel belangrijk. Winnen en verliezen doen we met zijn allen. Er wordt nooit persoonlijk gewonnen, het is de "ploeg" die wint. Een zondebok bij verlies is volledig uit den boze. Op het veld krijgt elke speler een taak die zo goed mogelijk moet worden uitgevoerd. Individueel kan een slechte prestatie worden neergezet maar dit mag niet ten koste van de ploeg zijn. Zowel op trainingen als bij wedstrijden zijn inzet, motivatie, discipline, organisatie en communicatie altijd van essentieel belang.

Wat betreft de verwachtingen voor het komende seizoen leert ons het verleden dat het zeer moeilijk is voorspellingen te maken en juist daar moet de grote VC-kracht liggen. Met nog meer overleg en ééndracht ten strijde trekken voor het maximale resultaat en dan moet minimum linker kolom toch tot de mogelijkheden behoren. Toch moeten we realistisch blijven. Op die manier vermijd je al te veel ontgoochelingen en krijgt je zelfvertrouwen geen deuk. Zelfvertrouwen is een enorme troef om je doel te bereiken.

Een kern van een 20-tal spelers, wat wil zeggen dat de concurrentie groot zal zijn. Concurrentie is een 'must' om te blijven presteren. Iedereen zal moeten wedijveren voor zijn plaats en dit in een gezonde, vriendschappelijke en disciplinaire sfeer. Zo kunnen resultaten niet uitblijven. Geen enkele vorm van individualisme of vedette allures zal worden geduld. Wij vormen een ploeg met één zelfde doel in het belang van VC ZWIJNAARDE.

Blijf echter positief in alle omstandigheden. Een vaste plaats heeft geen enkele speler. Verschuivingen zijn altijd mogelijk m.a.w. een speler heeft nooit een basisplaats. Heb geduld, blijf hard verder werken. Vroeg of laat krijg je een kans die je dan ook met beide handen moet grijpen. Aarzel niet om in dergelijke omstandigheden te communiceren. Het is mijn taak je te helpen de moed niet te verliezen. Ook al voel je je in de steek gelaten, "ik" als trainer laat je niet vallen tenzij je zelf voor onvermijdelijke problemen zorgt. Laat je niet beïnvloeden door je omgeving, hoe moeilijk dit ook is.

Daar het moderne voetbal evolueert, worden steeds hogere eisen aan spelers gesteld, zowel technisch en tactisch maar zeker ook fysiek. Je technische vaardigheden zullen beter tot uiting komen wanneer je over voldoende fysieke kwaliteiten beschikt. Aan de basis van een goede voetbalconditie staat niet alleen de juiste training maar tevens een gezond lichaam. Voeding, blessurepreventie en -behandeling zijn factoren die uiteindelijk je prestatie mede bepalen.

Voetballers ervaren een voorbereiding vaak als een zware beproeving maar dat is het gevolg van een afgenomen fysieke conditie. Het is belangrijk de nodige discipline op te brengen via 'huiswerk' voor een conditionele basis te zorgen. Zodoende kan er vrij snel begonnen worden met technische & tactische trainingen. Indien je zonder basis aan de voorbereiding begint, moet extra veel tijd worden besteed aan fysieke training en de kans op blessures wordt groter door inactiviteit tijdens de vakantie. Het lichaam wordt vanuit relatieve rust ineens zwaar belast.

Goed verzorgd en gedurfd kwalitatief voetbal zal voorop staan. De groep moet borg staan voor eendracht, collectiviteit, teamspirit, karakter en mentaliteit. Deze psychologische factoren nemen hoe langer hoe meer een belangrijke plaats in de hedendaagse maatschappij en bijgevolg ook in het voetbal. Trainen en een wedstrijd spelen zijn maar twee factoren van het spel. In een steeds mondiger wordende maatschappij is communicatie en teambuilding een even grote factor die kan leiden tot succes. Trouwens de sleutel tot succes is vertrouwen hebben in de omgeving teneinde de doelstelling te bereiken.

Coach Steve.

