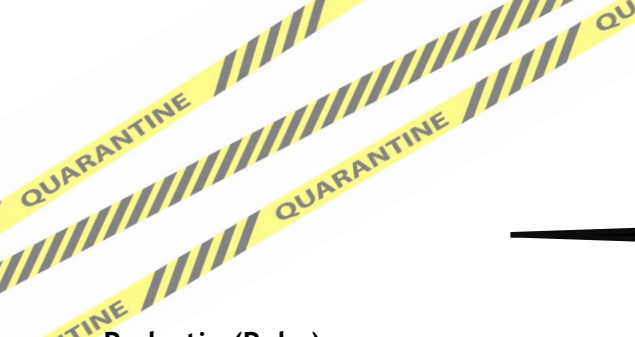


USKV **HEBBES**

Hebbers





Colofon

Redactie (Reko)

Ellen van den Brink
Gertjan Sonnemans
Kyra Zimnik

E-mail: redactie@uskvhebbes.nl

Bestuur

Voorzitter: Lieke Veltmaat

E-mail: voorzitter@uskvhebbes.nl

Secretaris: Lian van der Linden

E-Mail: secretaris@uskvhebbes.nl

Penningmeester: Luc Sangers

E-mail: penningmeester@uskvhebbes.nl

Wedstrijdsecretaris: Sanne Bieshuizen

E-mail: wedstrijdsecretaris@uskvhebbes.nl

Commissaris intern: Mirjam van Zanten

E-mail: commissaris@uskvhebbes.nl

Commissies

Toernooicommissie (Toko)

Anna van Drongelen
Lisanne de Voort
Tessa Rademaker
Jelle Peperzak

E-mail: domcup@uskvhebbes.nl

Toernooicoördinatorencommissie (Toercie)

Jort Heijnen
Lisanne de Voort
Brit van de Huygevoort

E-mail: toercie@uskvhebbes.nl

Kascontrolecommissie (Kasko)

Eline van Breukelen
Loes Vermeer
Maria Groenenberg

Technische commissie (TC)

Anne Leseman
Wanda Steenhuis
Sanne Beishuizen
Emma Bastiaansen
Rob van Iddekinge

E-mail: tc@uskvhebbes.nl

Feestcommissie (Feko)

Loes Vermeer
Rochèll Mebius
Abby de Rijk

E-mail: feko@uskvhebbes.nl

Lustrumcommissie (Lucie)

Tuur Egbers
Rosalie Koppejan
Marly Oeloff
Maria Groenenberg
Esther Mertens
Gertjan Sonnemans

E-mail: lucie@uskvhebbes.nl

Sponsorcommissie (Spoko)

Amber Schollaardt
Bram Liezen
Inge van Dalen
Thijs van Vroonhoven
Jort Heijnen

E-mail: sponsoring@uskvhebbes.nl

Promotiecommissie (Prik)

Marit van de Mheen
Amber Schollaardt
Anne Leseman
Eeke Hoogenboom

E-mail: promotie@uskvhebbes.nl

Tripcommissie (Tripcie)

Loes Vermeer
Ruben Scheffer
Coen van de Weem

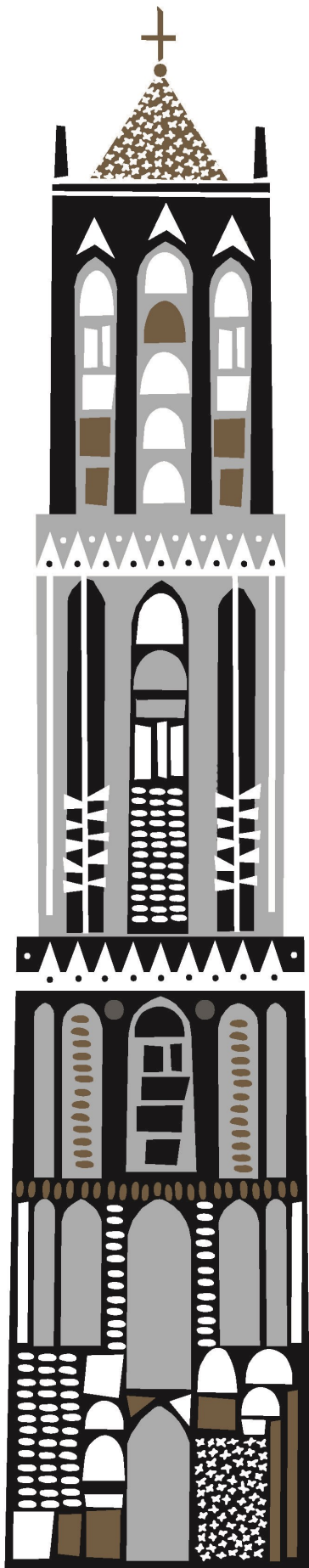
E-mail: tripcie@uskvhebbes.nl

Fotocommissie (Foko)

Mirjam Geschiere
Esther Mertens
Abby de Rijk

E-mail: foto@uskvhebbes.nl

Inhoud



Van de redactie	P. 4
Van de voorzitter	P. 5
Even voorstellen... (FEKO)	P. 6
Griezelen met de FEKO	P. 8
Hoe overleef ik de lockdown?	P. 10
HEBBES memories	P. 12
REKO recommends!	P. 16
Hebbes Quotes	P. 18
Hebblack stories	P. 20
Wat kan ik doen tijdens de lockdown?	P. 21
STOM!	P. 22
HSL stand	P. 23
Oplossing vorige Hebblack story	P. 24
Agenda en verjaardagen	P. 25

Van de redactie...

Dag allerleukste Hebberts,

Voor jullie ligt de speciale lockdown-editie van het krantje! De Reko heeft weer zijn best gedaan om er iets moois van te maken, zodat jullie je niet hoeven te vervelen! Zo hebben we Netflix-aanraders, coronatips en nog veel meer! We stellen weer een aantal mensen aan jullie voor (hoewel je ze natuurlijk misschien al kende) en doen verslag van de laatste feko-activiteit. We hopen zo een beetje een lichtpuntje voor jullie te zijn in deze grijze lockdown, en we hopen jullie natuurlijk snel weer te zien op trainingen en activiteiten!

Joe,

Gertjan





Van de voorzitter

Lieve Hebberts,

De laatste twee weken hebben we helaas even stil gestaan, maar nu kunnen we weer lekker de zaal in! De regenachtige wedstrijdzaat-dagen kondigden al aan dat het hier langzaam maar zeker tijd voor werd. Voor ons als bestuur is het elke keer weer puzzelen wat we met alle nieuwe coronamaatregelen zullen doen. Er zijn regelmatig coronavergaderingen van SportUtrecht, waar we kunnen horen hoe andere verenigingen omgaan met het coronavirus. Zo doen wij ook weer wat nieuwe ideeën op. Aan de lange mails van de TC kunnen jullie wel zien dat over alles is nagedacht! De 1,5 meter trainingen gaan zeker wat van onze creativiteit vergen, maar wij zijn al erg blij dat we jullie weer kunnen zien in de week.

Hoewel corona op dit moment vrij centraal staat in ons bestuursjaar, doen we gelukkig ook nog andere dingen. Zo hadden we afgelopen week een kennismaking met de Sportraad en zijn we ons aan het oriënteren op het veranderen van de website van Hebbes. Verder hebben we genoten van de film 'Hush' op de Netflix Halloween Party van de Feko (en vooral de zakjes popcorn die ze rond hadden gebracht). Online een film kijken heeft zo wel z'n voordelen, want Whatsapp is een uitstekende oplossing voor mensen die anders door de film heen zouden praten :)

Liefs namens bestuur Vak Apart,

Lieke



Even voorstellen...

FEKO

We kennen de Feko natuurlijk allemaal van de fantastische activiteiten die ze, ondanks corona, voor ons hebben neergezet. Maar omdat we ze vaak alleen online hebben gezien, vragen we ons toch af: wie zijn toch die schatten van de feko?

Loes

Hoi! Ik ben Loes en dit is alweer mijn vierde jaar bij Hebbes. Naast de Feko zit ik ook in de Tripcie en Kasko, om mijn laatste jaar bij Hebbes goed af te sluiten! Ik ben namelijk bijna afgestudeerd als dierenarts gezelschapsdieren en het einde van mijn studententijd is dus in zicht... Maar gelukkig woon in voor nu nog in een gezellig studentenhuus in Zeist, met mijn kat Eefje. Hier staat mijn kamer vol met plantjes (wil iemand nog een stekje?) en staat er (als ik er tijd voor heb) regelmatig een lekker baksel op tafel.

Ik hoop jullie snel weer te zien bij onze online Feko-activiteiten, voor je het weet heeft de Lucie het alweer overgenomen van ons!

Abby

Hi! Mijn naam is Abby, ik ben 22 jaar oud en geboren en getogen in Utrecht. Voorheen heb ik altijd bij Synergo gespeeld, nu regelmatig een van onze tegenstanders. Na een aantal jaar geroeid te hebben bij Orca ben ik inmiddels begonnen aan mijn tweede jaar bij Hebbes, en heb ik mij aangesloten bij de Feko en Foko. Daarnaast speel ik onder andere met Loes in Hebbes 3, en ben ik samen met Tim vertrouwenspersoon.

Hoewel ons Feko (half)jaartje er bijna opzit, vind ik het erg leuk om samen te bedenken wat er wél allemaal mogelijk is ondanks de coronamaatregelen. Mocht je leuke ideeën hebben, laat het dan vooral weten!

Even voorstellen...

FEKO

Rochèll

Hola! Mijn naam is Rochèll, ik ben 21 jaar oud en studeer Journalistiek in Utrecht. Ik woon nu ongeveer 3,5 jaar in Utrecht, maar ik ben geboren en getogen in het prachtige Enschede (zeg: Enskedeeeeee). Meteen ook de verklaring voor mijn lichtelijke / behoorlijke Twentse accentje. 'Zeg eens coooooolaaaaaa'. Ja ja, ook bij Hebbes heb ik deze opmerking al regelmatig voorbij horen komen ;-). Als 5-jarig 'welpje' ben ik in aanraking gekomen met korfbal, en sindsdien ben ik altijd blijven korfballen. Inmiddels ben ik iets langer dan een jaar lid van Hebbes. Net zoals vorig jaar speel ik ook dit jaar - voor zover we daadwerkelijk mogen spelen - in het midweekteam. Hartstikke gezellig. En ik ben gek op gezelligheid, dus naast spelen in de midweek zat er ook niks anders op dan lid worden van de feestcommissie dit halve jaartje. Helaas is het een gekke tijd voor ons allemaal, en zeker ook voor ons als feko-zijnde. Geen gezellige borrels in het pandje, karaoke-avonden of etentjes, maar vooral online activiteiten. Gelukkig hebben we gemerkt dat deze online activiteiten bij Hebbes ook hartstikke gezellig zijn, en zullen we daar daarom zeker nog mee doorgaan. Ik ben in ieder geval bij! Jij ook?





Griezelen met de FEKO

Op woensdagavond 28 oktober was filmkijkend Hebbes al helemaal klaar voor Halloween. Een lief briefje in de brievenbus samen met wat snacks deden vermoeden dat het een leuke avond zou worden. Nu bleek dat het merendeel van de opgegeven Hebberts helemaal niet tegen horrorfilms kan... en dat was precies wat we gingen kijken...

Het werd de film Hush, een horrorfilm over een vrouw die doofstom is en alleen in een huis in het bos woont, met de burens niet bepaald binnen gil-afstand. Ik had de film zelf al eens gezien en hoopte hierdoor dat ik het minder spannend zou vinden. Maar het idee van in m'n eentje op m'n kamer een horrorfilm kijken... met niets anders als troost dan popcorn en een kussen... met al mijn mede Hebberts die digitaal aanwezig zouden zijn.... Het was geen prettig vooruitzicht. Gelukkig bracht de whatsapp groep me op een idee: een huisgenoot vragen om mee te kijken!

Samen met mijn huisgenoot heb ik de film gekeken. We keken de film op haar tv (groter beeld is niet aan te raden bij horror) en hadden ieder een kussen vast om in te knijpen en gillen indien nodig. Met mijn telefoon continu in de hand om te laten weten wat ik precies dacht van de film - en dankzij mijn lieve huisgenoot - was ik toch niet zo alleen tijdens de film. De whatsapp ontplofte met reacties als: "Bakavsizvwakaownvduzsv ... wtffffffffff" en "wie is er dan ook doofstom en gaat in een hutje in het bos wonen?" waarnaar het gesprek al snel over ging op: "Huh ik loop achter op jullie". Nadat dat technische mankementje uit de weg was, ging het gesprek al snel weer over de enge film: "ik durf geen wijn te drinken omdat ik bang ben dat ik het anders over mezelf heen gooi" en "eet je spanning weg" en "oh my god wat doet ze". Ik moet zeggen dat we er allemaal lekker inzaten. Zo erg zelfs dat er dingen uit het normale leven naar voren kwamen. Zo leek de moordenaar op Sven? Geen idee wie dat is maar voor sommigen maakte dat de film iets minder eng, of juist enger?



Gelukkig was het pauze en konden we allemaal even bijkomen door popcorn te maken! Dat ging niet bij iedereen even soepel maar voor de meesten was het een welkome afleiding. De stress en spanning die deel 2 van de film met zich meebracht, werd dan ook geuit (in ieder geval bij mij thuis) in het razendsnel opeten van de popcorn. Snel kussen weer vasthouden en hopen dat het niet veel spannender werd.

De film werd echter maar enger en enger en de moordenaar kwam steeds dichterbij het vermoorden van de hoofdpersoon. Dit uitte zich in flinke spanning in de whatsapp groep. Dankzij onze digitale steun lukte het de hoofdpersoon na een enorme anti climax om toch niet te sterven en de moordenaar te doden! You go girl! Dit kostte helaas wel heel veel moeite en een aantal handbotjes. Voor degenen die het niet zo op mensen hebben, er speelde ook een kat in de film. Die kreeg erg veel aandacht van de Hebberts. We waren haar even kwijt maar ze maakte een spetterende terugkeer naar het witte doek en bleef wonder boven wonder in leven om haar baasje aan het einde te troosten.

Sorry voor de spoilers, maar ik vind het wel nodig om te vermelden dat de film een goede afloop had. Zo eindigde de film toch met een goed gevoel en niet met een angstschreeuw. Zelfs voor iemand die de film dus al eens gezien had, was het razend spannend en ik heb daarna nog een paar gezelschapsspelletjes moeten doen om geen nachtmerries te krijgen...

Dus, dank Feko voor deze fantastische filmavond! De volgende keer ben ik zeker weer van de partij want hoe gezellig is het om toch met je mede Hebberts een filmavond te houden inclusief snacks? De volgende keer trouwens wel graag een feelgood film...

Liefs,

Emma



Hoe overleef ik de lockdown?

MET ESTHER

- ◇ **Blijf in beweging:** je kan lekker naar buiten toe en gaan hardlopen, skeeleren of fietsen. Ook kun je binnen actief zijn, zoals een challenge doen, online sporttrainingen volgen of door het huis dansen op je favoriete lied, like stupid?!! een andere mogelijkheid is om een sportschoolabonnement te nemen. Tip van flip is om een buddy te zoeken die je helpt om de oefening effectief uit te voeren en hiermee verklein je de kans op blessures. Zo maak je gezonde stoffen aan in je hersenen.
- ◇ **Persoonlijke ontwikkeling:** dit zijn de momenten om te ontdekken waar jij in wilt groeien of leren (of een nieuwe hobby zoeken) Denk aan een boek over effectief plannen, een muziekinstrument leren spelen of een nieuwe taal leren. Op internet vind je allerlei tutorials en tips hiervoor.
- ◇ **Wees creatief:** werkt ook nog eens super ontspannend! Ga (leren) handletteren, foto's maken, een fotoboek maken of een fotowand in je room.
- ◇ **Extra aandacht voor je naasten:** stuur een kaartje naar je familie/vrienden/buren/onbekenden etc. lekker een old school zelf geschreven brief en hoe leuk is dit om te ontvangen.
- ◇ **Podcast luisteren:** I love it, er zijn tegenwoordig zoveel verschillende soorten podcasts en voor ieder wat wils □ wil je iets leren over een bepaald onderwerp of juist vet leuk vermaak.. het kan allemaal! Ik heb zelf leuke ervaringen met 'Datevermaak' en 'Man man man'. Dit kun je ook perfect combineren met een wandeling buiten of skeeleren. Ik zeg lets goooo
- ◇ **Documentaires kijken:** wil je ff iets anders dan een zwijmelfilm of een horror, dan zijn docu's echt top. Aanraders zijn: The game changers, Cowspiracy: the sustainability secret en Social dilemma.
- ◇ **Samen studeren:** samen is veel leuker dan alleen. Tussendoor even een koffietje doen en kletsen om daarna weer met energie te knallen.

Hoe overleef ik de lockdown?

MET ROB

- ◇ Elke dag buiten een rondje wandelen
- ◇ Ga je kamer compleet anders inrichten
- ◇ Koop een goudvis
- ◇ Ga uitgebreid koken of bakken met huisgenoten
- ◇ **Geocaching:** Een soort van schatzoeken waarvan het sociaal geaccepteerd is dat je dit doet als volwassene haha. Ik ga dit binnenkort een keer uitproberen!





HEBBES memories

We missen allemaal de tijden van voor de lockdown, de tijden waarin we nog met z'n allen op stap konden gaan, naar toernooien gingen en nog normaal konden korfballen. Helaas is het nou eenmaal niet anders, wel kunnen we natuurlijk nog met plezier terugdenken aan de tijden voor Corona!



HEBBES memories





HEBBES memories



HEBBES memories



REKO recommends!

Vergeet de kerstfilms mensen. Zoek jij een leuke film om te kijken met je huisgenoten, ouders of vrienden? Zoek niet verder! Wij hebben iets voor je uitgezocht. Hieronder kan je lezen welke films wij als Reko aanraden om te kijken op Netflix.



In the heart of the sea

Is gebaseerd op een oud verhaal waarin zeelui achter een bijzondere witte walvis aan jagen. Een grote bemanning wordt gevraagd om te helpen op de walvisvaarder: 'Essex'. Het is 1820 en op deze tocht wordt er walvisolie gezocht in de Atlantische oceaan. Als de bevelvoerders erachter komen dat ze dat niet kunnen vinden wordt de koers verzet naar de Stille oceaan. Hier komen ze echter een nieuw soort walvis tegen die ze maar al te graag willen vangen. Dit loopt anders dan ze hadden gedacht.



Gone girl

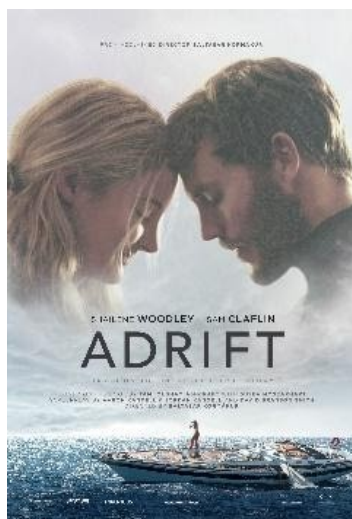
Dit is een thriller die gaat over de verdwijning van een vrouw. Dit is de vrouw van Nick Dunne: een kinderboekenschrijfster genaamd 'Amazing' Amy. De politie start met een uitvoerig onderzoek. Nick is hierin erg betrokken, hij doet er alles aan om haar te vinden. Of speelt hij de rol van bezorgde echtgenoot net te goed? De spanning stijgt met de minuut dat je kijkt. Wat is er echt gebeurd?

REKO recommends!



A simple favor

Emily en Stephanie kennen elkaar via de school waar hun kinderen op zitten. Ze gaan vaker met elkaar om en worden vriendinnen. Op een dag vraagt Emily een simpele gunst van Stephanie. Stephanie is altijd behulpzaam en zegt ook dat ze Emily hiermee kan helpen. Ineens is Emily hierna spoorloos verdwenen. Stephanie schakelt hulp in om dit raadsel op te lossen. Het genre van de film is drama/thriller met wat humor erin.



Adrift

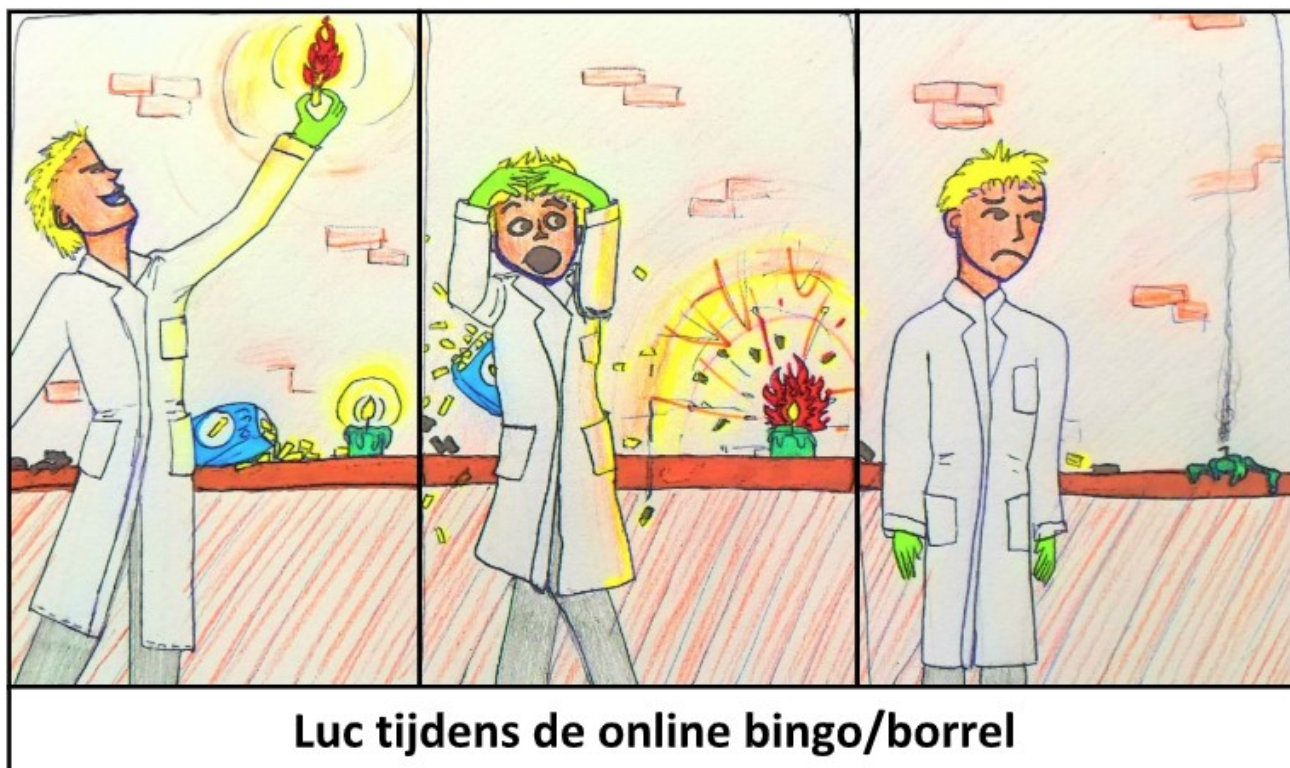
Adrift is gebaseerd op het waargebeurde verhaal van Tami Oldham. In 1985 is zij samen met haar man Richard op zee met de boot van hun vrienden. De storm waarvan ze gedacht hadden eromheen te varen staat nu plots voor hen. Orkaan Raymond verwoest de boot waardoor ze nu zonder hulpmiddelen verder moeten. Na een maand overleven komt de boot aan op Hawaïi. Het goede acteerwerk en het besef dat dit echt is gebeurd maakt dit een mooie film om te zien.



The Dark Knight

Met de hulp van Lt. Jim Gordon en officier van justitie Harvey Dent stelt Batman zich ten doel de georganiseerde misdaad in Gotham City eens en voor altijd uit te roeien. Op dit moment doet een opkomend misdadig meesterbrein, The Joker zijn intrede. The Joker zet de georganiseerde misdaad onder druk, waardoor hij Batman dwingt zijn identiteit kenbaar te maken onder dwang van een totale anarchie in Gotham City. Het lijkt erop dat Batman, ofwel Bruce Wayne, geen andere keuze heeft.

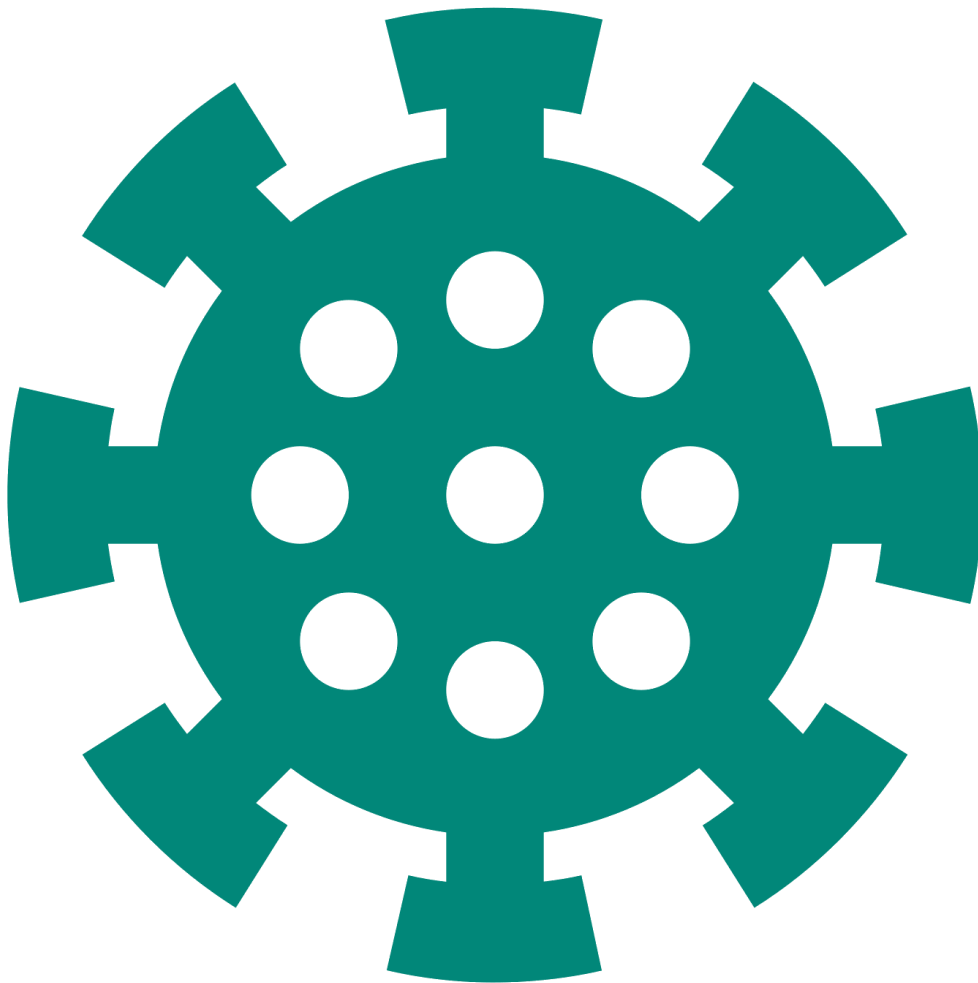
Hebbes quotes



- ◇ **Esther:** Coen wil jij ook wat likken?
- ◇ **Amber verlaat de vergadering**
Eeke: Meteen lekker rustig zo...
- ◇ **Anne:** Moet er nog iemand plassen?
Esther: Jaa ik! Maar ik heb geen zin meeeeeeer...
- ◇ **Tuur:** Je moet hoog schieten, dan glibbert ie er zo lekker in!
- ◇ **Rob:** Als ik naar boven kijk zie ik 50 shades of grey...
- ◇ **Coen:** Dat was niet maar 1 bal die je raakte.
- ◇ **Lieke V.:** Vrouwen die stil zijn, daar houden mannen van!
- ◇ **Rosalie tegen Gertjan:** Ben jij de nieuwe hoofdcoach?
- ◇ **Luc:** Weet je? Ik sta graag voor de ramen...
- ◇ **Rosalie:** Coen je moet je billettjes aanspannen!
- ◇ **Maria:** Ik ga even mijn ogen wassen!
- ◇ **Jelle:** Alles wat ik aanraak gaat kapot!

Hebbes quotes

- ◇ **Rosalie:** Jelle kom op met dat kontje!
- ◇ **Rosalie:** Ik maak alleen maar opmerkingen over mannen billen!
- ◇ **Marit:** Deze man heeft een vieze bal!
- ◇ **Marit tegen Marije:** Ging jij nou Tuur doen of moet ik het doen?
- ◇ **Marije:** Ik heb mega oren dus helaas...
- ◇ **Anne:** Ik zou d'r pakken!



Hebblack stories

Geen mysterie kan onopgelost blijven. Kan jij raden wat er is gebeurd? In deze wedstrijd is het de bedoeling dat jij een mogelijke oplossing/oorzaak bedenkt voor het mysterie dat je hieronder ziet staan. Alles kan, hier zijn geen regels aan verbonden. Schijf een kort stukje over wat je denkt dat de oplossing is. Dit kan realistisch maar ook creatieve oplossingen zijn welkom. Stuur jouw antwoord naar redactie@uskvhebbes.nl!

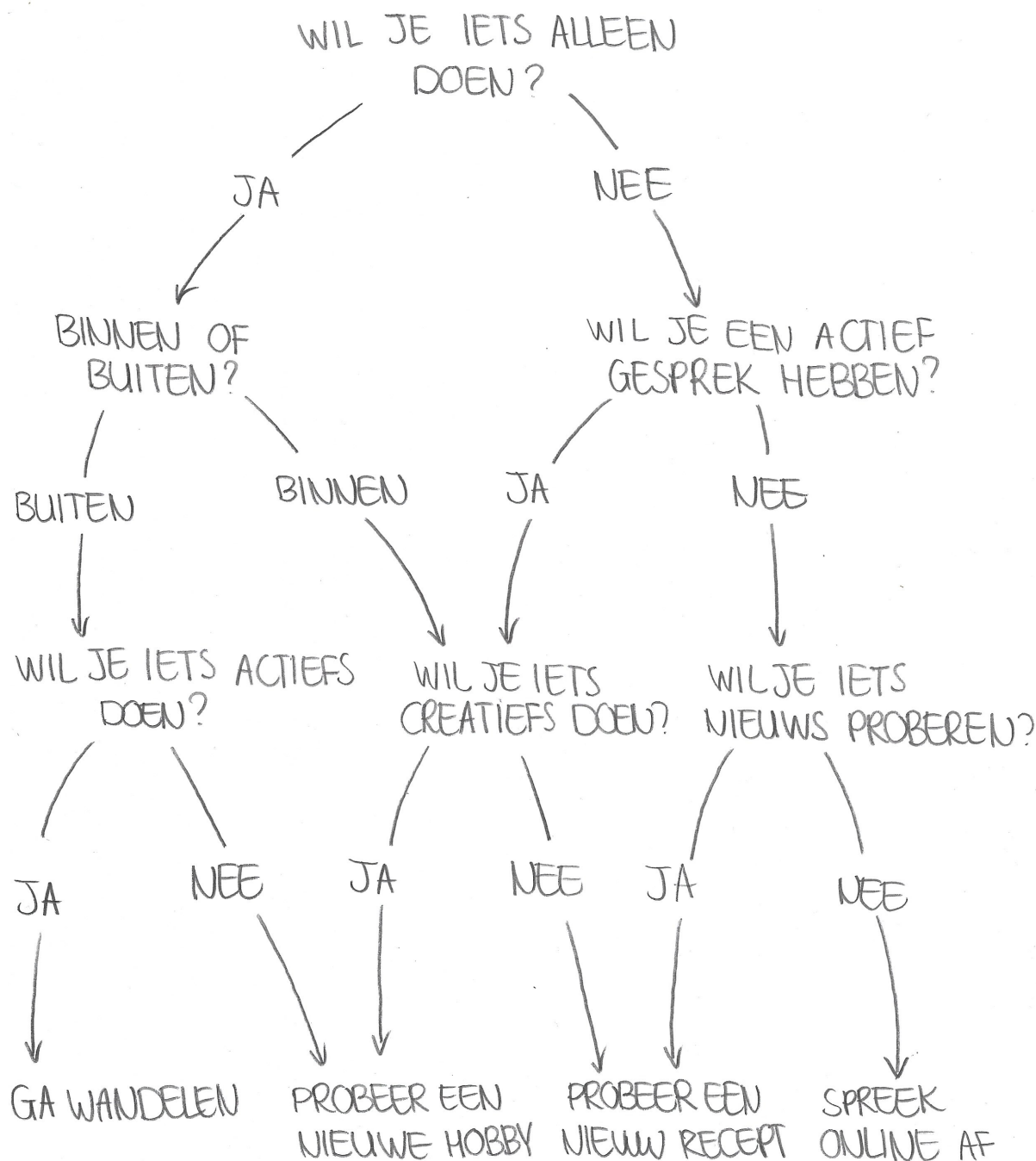
Hebblack story #2

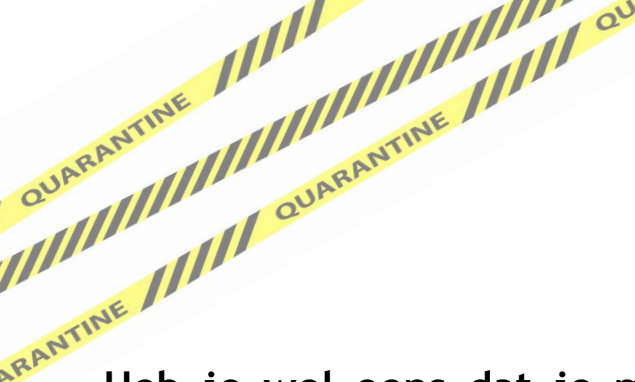


*Een speler van de tegenpartij
gooide met een steen, hierna
moest een Hebbes speler uit het
vak.*

Wat kan ik doen tijdens de lockdown?

Iedereen verveelt zich wel eens tijdens de lockdown. Je kan niet meer samenkomen met vrienden, je kan niet meer uitgaan en trainingen kunnen niet meer plaatsvinden zoals ze normaal doen. Deze beslisboom kan je helpen om iets te vinden wat je kan doen tijdens deze vervelende tijden!





STOM!

BRIT

Heb je wel eens dat je met veel moeite een plekje voor je fiets weet te vinden en dat je dan later op de dag je fiets weer wilt gebruiken en deze links, recht, boven en onder **COMPLEET** ingesloten is door andere fietsen? Ja dat vind ik dus echt stom.

Of dat je met je goede gedrag een keer niet te laat bent voor de bus, maar de bus vervolgens te vròèg is en je deze daardoor alsnog mist.

Ook vreselijk stom vind ik woorden als “saampjes” en “gezellie”. Even serieus, dit is gewoon aanranding van de Nederlandse taal.

Meeuwen. En eksters. Dàt zijn stomme beesten! Ze hebben letterlijk geen nut, maken akelig veel lawaai en kakken de hele dag alles onder.

En bel je wel eens iemand en dan neemt diegene op, begin je te praten en blijkt het zijn voicemail te zijn.. Serieus?! Maak een normale voicemail!

Oortjes waarvan het snoer achter een deurklink of iets anders belachelijks blijft hangen.

Of mensen die zeggen dat je pas vanaf november pepernoten mag eten of na sinterklaas kerstmuziek mag luisteren. Ook stom.

Maar wat voor mij de kroon spant is toch wel iets heel belangrijks willen vertellen en zodra iemand dan naar je luistert precies vergeten zijn wat je wilde vertellen. Mega stom.

HSL stand

De Hebbes Super Lid-competitie is een competitie die elk jaar bepaalt wie het meest actieve Hebbes-lid is. Je kan Hebbes Super Lid (HSL) worden door punten te verdienen. Deze punten zijn te verdienen door het fluiten van interne en externe wedstrijden, bijwonen van ALV's, activiteiten en toernooien, coach zijn van een team, mee te doen aan een commissie en nog veel meer. Aan het eind van het seizoen wordt de titel HSL uitgereikt aan de persoon het de meeste HSL punten. De winnaar krijgt dan een mooie trofee mee naar huis.

De huidige HSL top 10 (17 November 2020) ziet er als volgt uit:

Lid	Score
Loes Vermeer	80
Anne Leseman	70
Gertjan Sonnemans	61
Esther Mertens	58
Abby de Rijk	57
Maria Groenenberg	56
Jort Heijnen	54
Lisanne de Voort	50
Coen van Weem	47
Tuur Egbers	45





Oplossing vorige Hebblack story

Hebblack story #1

Oplossing

De hebbesleden wisten dat ze een probleem hadden toen ze het bestuur op het kerkhof zagen liggen.

Het bestuur is uitgegaan op het Janskerkhof, ze hadden teveel gedronken en konden niet meer opstaan. Een aantal hebbesleden waren erbij en wisten niet hoe ze de dronken mensen weer thuis konden krijgen.

Agenda

- 27 November Emma Lendering (21)
- 3 December Tuur Egbers (23)
Sinterklaas activiteit
- 7 December Amber Schollaardt (24)





CAMBRIDGEBAR

UTRECHT



Lumixx

Sound | Light | DJ | Gear