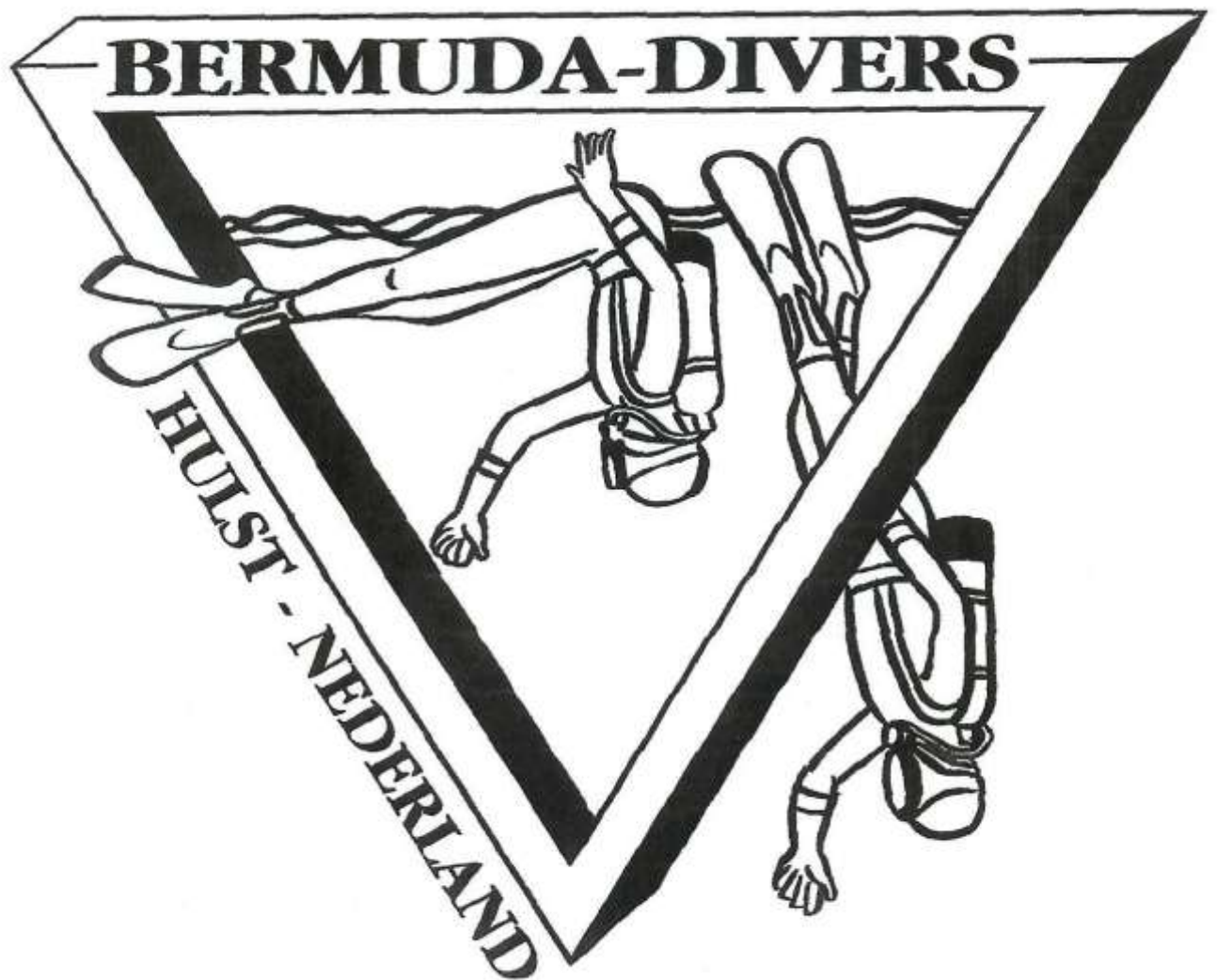


# BUDDY



**Oktober – November – December  
2008**

# Feestje te vieren?

Kom eens langs bij Reynaertland!

Voor het kinderfeestje van uw zoon of dochter hebben we diverse leuke feestarrangementjes, mogelijk met of zonder zwemmen.

En onze grote feestzaal is perfect voor uw bedrijfs- of familiefeest.

Interesse, neem vrijblijvend contact met ons op via telefoonnummer 0114 - 312898, of mail naar [horeca@reynaertland.nl](mailto:horeca@reynaertland.nl)



Kreekzoom 2 • 4561 GX Hulst  
Tel.: 0031(0)114-312898 • Fax: 0031(0)114-317508

**BUDDY** is een uitgave van  
Duikvereniging Bermuda Divers.  
Verantwoordelijke uitgever: het bestuur van de Bermuda Divers.

De “**BUDDY**” verschijnt vier maal per kalenderjaar.

Alle reacties, artikels, opmerkingen en aanvullingen worden gaarne tegemoet gezien op het redactie adres:

Tom Versprille                      E-mail: tomverspri@zeelandnet.nl  
Aswin Stockman                    E-mail: alexiaswin@zeelandnet.nl

Inzendingen voor de volgende Buddy niet later dan **31 januari 2009**

**Bestuur Bermuda Divers:**

<b>Voorzitter:</b>	<b>Ronald Niemeijer</b>
<b>Secretaris:</b>	<b>Paul Cuelenaere</b>
<b>Penningmeester:</b>	<b>Eric van Driessche</b>
<b>Bestuurslid:</b>	<b>Marc Boon</b>
<b>Bestuurslid:</b>	<b>Johnny Hooft</b>
<b>Ereleden:</b>	<b>Kees van Deijk</b> <b>Werner Volleman</b>
<b>Instructor-trainers (docenten):</b>	<b>Frits Coenen</b> <b>Eric van Driessche</b>
<b>2* instructeurs:</b>	<b>Herman de Booij</b> <b>Ton van Eekelen</b> <b>Johnny Hooft</b> <b>Gyno Kouijzer</b> <b>Ronald Niemeijer</b> <b>Werner Volleman</b>
<b>Materiaalcommissie:</b>	<b>Herman de Booij</b> <b>Willy Menu</b>
<b>Evenementencommissie:</b>	<b>Marcel Sprenkels</b> <b>Sheila van Dierendonck</b>
<b>Opleidingscoördinator</b>	<b>Eric van Driessche</b>
<b>Redactie Buddy:</b>	<b>Aswin Stockman</b> <b>Tom Versprille</b>

**Bankrekeningnummer: RABOBANK    32.26.04.036 t.n.v. Bermuda Divers**  
**IBAN: NL58RABO0322604036**  
**Swift of BIC-code: RABONL2U**

**Gsm nr. van duikclub ALLEEN IN NOODGEVALLEN : 06- 22 07 64 90**

**Correspondentieadres Bermuda Divers: Postbus 160, 4560 AD Hulst**

## Ledenlijst Bermuda Divers Hulst

logboeknr	Vw.	Achtern.	Voorn.	Voorlet.	Adres	Postc.	Woonpl.	Telefoonnr.	D-bvt	I-bvt	I-nr	GSM	E-mail
1	77274 van den	Abbeele	Doninique D.		Ing. Lelystraat 13	4561 MH	Hulst		2*D			06-13 04 56 07	domikids@zeelandnet.nl
2	70028 van den	Berg	Manon	M.	Moerschansstraat 114	4561 ZC	Hulst	0114-31 09 54	1*D				manon_sprenkels@yahoo.com
3	41443	Bertram	Frank	F.P.L.	Inghelosenberghe 2	4564 DH	St. Jansteen	0114-31 95 79	3*D				frank.bertram@zeelandnet.nl
4	52813	Bleyenberg	Kris	K.M.J.H.	Duivenhoeksstraat 53	4569 TH	Graauw	0114-63 30 69	4*D	2SIN	2417		kikirie@lycos.nl
5	50382 de	Booij	Herman	H.E.H.	Walsoordensestraat 36	4588 KD	Walsoorden	0114-68 26 59	4*D			06-54 90 02 82	H.de.Booij@kpnplanet.nl
6	50381 de	Booij	Lilian	E.J.	Walsoordensestraat 36	4588 KD	Walsoorden	0114-68 26 59	2*D			06-54 90 02 82	lilianebooij@hotmail.com
7	9005021	Boon	Charise	C.H.	Leharsstraat 37	4561 VG	Hulst	0114-31 17 02	2*D			06-34 01 09 25	Charise_boon@hotmail.com
8	72452	Boon	Marc	M.A.P.	Leharsstraat 37	4561 VG	Hulst	0114-31 17 02	2*D			06-44 33 28 57	mapboon@zeelandnet.nl
9	47703 van den	Brande	Fonny	A.E.M.	Leharsstraat 38	4567 BD	Clinge	0114-31 95 96	2*D				ginajohny@zeelandnet.nl
10	68584 van	Britsom	Marc	M.A.J.	Molenkouter 28	B-9000	Gent		3sDn			00-32 4 75 98 12 30	marc.vanbritsom@gmail.com
11	9005023 van	Britsom	Nicky	N.	Nederkouter 28	B-9000	Gent		2*D			00-32 4 78 82 62 95	nicky_1065@hotmail.com
12	62032 de	Bruijn	Martijn	M.A.	Narcisstraat 31	4587 BB	Kloosterzande	0114-68 19 50	2*D			06-16 71 67 50	hon2-14bruijn@zonnet.nl
13	9005025 van	Campenhout	Sanne	S.M.A.	Noorddijkstraat 46	4318 BK	Brouwershaven		4*D	InsTr	1933		Sannevc@hotmail.com
14	48932	Coenen	Frits	F.	Leeghwaterstraat 66	4561 MB	Hulst	0114-31 42 45	4*D			06-16 50 43 43	tridacna@zeelandnet.nl
15	62440	Cuelenaere	Paul	P.J.M.	Tuinstraat 6	4634 VR	Woensdrecht	0164-61 25 12	3*D			06-21 51 24 57	cuelenaere@hotmail.com
16	79436 van	Damme	Kim	K.E.I.	Plevierstraat 6	4585 AK	Hengstdijk	0114-68 21 18	2sDn				Kimvandamme@zeelandnet.nl
17	9005029 van	Dierendonck	Sheila	S.M.	Wilhelminastraat 14	4581 AS	Vogelwaarde		4*D	InsTr	1935	06-12 69 35 79	Shemekka@zeelandnet.nl
18	41440 van	Driessche	Eric	E.A.L.M.	Grimbeertplein 34	4568 BM	Nieuw Namen	0114-34 54 96	4*D			06-53 73 88 18	edriessche@zeelandnet.nl
19	47709 van	Eekelen	Ton	A.W.	Zoutestraat 32	4561 XB	Hulst	0114-68 61 71	3*D	2SIN	2418	06-29 04 77 28	tonvaneekelen@gmail.com
20	61634	Geensen	Amadeé	A.G.	Reygerskreek 26	4585 AP	Hengstdijk	0114-68 29 92	3*D			06-40 02 78 18	aggeensen@zeelandnet.nl
21	46494	Goossens	Urbain	U.C.E.	Molenstraat 49	B-9130	Kieldrecht	00-32-37 73 59 95	3*D				Urbain.goossens@telenet.be
22	9005031	Groenendaal	Fiona	F.M.C.	Bartolomeus Diazstraat 18	4562 AP	Hulst	0114-37 05 10	1sDn			06-21 27 79 85	Mijnnaam@zeelandnet.nl
23	65057	Hemelaar	Marc	M.E.M.	De Stropersstraat 40	B-9190	Stekene	00-32 37 70 63 94	3sDn				marchemelaar@skynet.be
24	45877	Hoof	Freddy	F.	Recollettenlaan 43	B-9170	De Klinge	00-32 37 70 64 36	2*D				
25	49069	Hoof	Johnny	J.J.	Bareel 2	B-9170	De Klinge Waas	00-32 32 96 62 18	4*D	2SIN	2211	00-32 4 77 24 57 61	johnny.hoofi@telenet.be
26	50383	Hopmans	Annet	A.C.M.	Biezenstraat 7	4703 SM	Roosendaal	0165-54 15 59	2*D				Arbocuisine@home.nl
27	50384	Hopmans	Piet	P.M.J.	Biezenstraat 7	4704 SM	Roosendaal	0165-54 15 59	3*D				Arbocuisine@home.nl
28	62034	Ijzermans	Jacco	J.J.N.	Driewegenstraat 5	4536 HJ	Terneuzen	0115-56 13 23	2*D				bdeblaeij@wanadoo.nl
29	72455 de	Jong	Erwin	E.	Dullaerstraat 106	4561 KD	Hulst		1*D			06-41 19 03 55	diving64@zeelandnet.nl
30	73276	Kips	Anniek	A.J.E.M.	Zoutestraat 36B	4561 XB	Hulst	0114-63 52 70	1sDn			06-28 21 22 99	a.kips@yahoo.com
31	50386	Kips	Jackie	J.M.R.	Dorpsstraat 15	4569 AG	Graauw	0114-63 51 38	3*D	CI	2422		jmrips@zeelandnet.nl
32	50387	Kouijzer	Gyno	G.R.M.	J.F. Kennedysingel 3b	4587 AL	Kloosterzande	0114-68 32 37	3*D	2SIN	2423		gkouijzer@zeelandnet.nl
33	55206	Laermans	Mireille	M.M.J.	Rodehoekstraat 13	B-9190	Stekene (Klein Sinaai)	00-32 93 46 535	2*D			00-32 47 88 02 82 9	JoVerbraecken@pandora.be
34	9001062	Maet	Kees	C.P.	Tuinderstraat 14	4576 CE	Koewacht	0114-36 15 15	1*D				Info@masterfarm.nl
35	9001064	Maet	Melody	M.M.	Tuinderstraat 14	4576 CE	Koewacht	0114-36 15 15	1*D				melodymast@masterfarm.nl

logboeknr	Vv.	Achtern.	Voorn.	Voorlet.	Adres	Postc.	Woonpl.	Telefoonnr.	D-bvt	I-bvt	I-nr	GSM	E-mail
36	61197	Mattheeuws	Sasha	S.	Burg. de Boerstraat 6	4551 SW	Sas van Gent	0115-45 38 73	2*D				Willymenu@zeelandnet.nl
37	79437	Menu	William	W.R.G.	Walsoordensestraat 16	4588 KC	Walsoorden	0114-68 29 73	2sDn				willymenu@zeelandnet.nl
38	46496	Menu	Willy	W.C.A.	Walsoordensestraat 16	4588 KC	Walsoorden	0114-68 29 73	4*D				mlimertens@zeelandnet.nl
39	9001066	Mertens	Marc	M.L.J.	Populierenstraat 25	4581 BR	Vogelwaarde	0114-67 15 13	1*D			06-20 13 86 58	arowana@zeelandnet.nl
40	9001068	Mertens	Paul	P.E.C.	Rodekruislaan 1222 A	1111 XB	Diemen	0114-67 15 13	1*D			06-33 91 88 58	d@molsweb.demon.nl
41	75064	Mols	Diederik	D.L.	J.P. Coenlaan 3	4562 AJ	Hulst	0114-32 01 94	4*D				liane@molsweb.demon.nl
42	81555	Mols	Kasper	K.P.	J.P. Coenlaan 3	4562 AJ	Hulst	0114-32 01 94	1*D				fneve@zeelandnet.nl
43	72457	Mols	Liane	L.A.	J.P. Coenlaan 3	4562 AJ	Hulst	0114-32 01 94	2sDn				ellenmeijer@tiscali.nl
44	67041	Neve	Frank	F.T.M.	Spoorwaterstraat 16	4561 ZG	Hulst	0114-31 15 85	4*D			06-23 74 90 63	micahie@tiscali.nl
45	67472	Niemeijer	Elien	F.M.E.	Handelstraat 29	4561 VM	Hulst	0114-31 15 85	1*D			06-15 44 14 90	ronaldniemeijer@tiscali.nl
46	9005037	Niemeijer	Michaël	M.R.	Handelstraat 29	4561 VM	Hulst	0114-31 15 85	3*D	2SIN	2980	06-14 82 72 84	ronaldniemeijer@tiscali.nl
47	62033	Niemeijer	Ronald	R.	Handelstraat 29	4561 VM	Hulst	0114-31 15 85	3*D			06-19 83 44 56	Peter.nilsson@orange.nl
48	9005155	Nilsson	Peter	P.E.	Leeghwaterstraat 52	4561 MB	Hulst	0114-31 52 01	OW			06-51 03 49 01	coosterhof@zeelandnet.nl
49	61198	Oosterhof	Cor	C.G.	Burg. de Boerstraat 6	4551 SW	Sas van Gent	0115-45 38 73	4*D				Adriaansar@gmail.com
50	9005059	van der Sar	Adriaan	S.F.	Noorddijkstraat 46	4318 BK	Brouwershaven	0114-68 30 47	1*D			06-47 89 22 86	robsecreve@zeelandnet.nl
51	69790	Secrève	Rob	R.E.	Anjerstraat 30	4587 AR	Kloosterzande	0114-68 30 47	1*D			06-41 18 67 99	diving64@zeelandnet.nl
52	9001074	Spaenhoven	Nicky	N.	Dullaertstraat 106	4561 KD	Hulst	0114-31 38 32	3sDN				marcel_sprenkels@yahoo.com
53	70031	Sprenkels	Marcel	M.	Korenbloem 9	4561 TH	Hulst	0114-31 38 32	3sDN			06-55 34 68 08	alexaswin@zeelandnet.nl
54	60164	Stockman	Aswin	A.P.	Piet Heinstraat 13	4587 EK	Kloosterzande	0114-68 12 55	3sDN				JoVerbraecken@pandora.be
55	73941	Takiddine	Mirjam	M.	Duivenhoeksestraat 53	4569 TH	Graauw	0114-63 30 69	3sDN				Verhallen@zeelandnet.nl
56	55208	Verbraecken	Jo	J.	Rodehoekstraat 13	B-9190	Stekene (Klein Sinaat)	00-32 93 46 535	2*D			00-32 47 88 02 82 9	Joline_Verhallen@hotmail.com
57	48933	Verhallen	Jo	B.C.G.	Churchillhof 11	4587 EV	Kloosterzande	0114-68 32 63	3*D			06-48 61 25 79	Verhallen@zeelandnet.nl
58	9005061	Verhallen	Joline	J.A.G.	Churchillhof 11	4587 EV	Kloosterzande	0114-68 32 63	3*D				ver@revnaert.nl
59	79440	Verhallen	Jorg	J.P.C.	Churchillhof 11	4587 EV	Kloosterzande	0114-68 32 63	1sDn				Verhallen@zeelandnet.nl
60	41447	Verschuieren	Willem	W.A.J.	Sijjn Streuvelsstraat 20	4561 NR	Hulst	0114-31 26 48	2*D			06-11 95 83 74	tomverspri@zeelandnet.nl
61	69792	Versprille	Tom	T.C.P.	Zeedorp 3	4589 KX	Ossenisse	0114-72 01 86	3sDN			06-50 27 75 76	w.p.versprille13@freeler.nl
62	73671	Versprille	Wim	W.P.	Liniestraat 105	4561 ZT	Hulst	0114-31 46 47	1*D				vollenman@hotmail.com
63	61641	Volleman	Ineke	I.M.A.	Kievitstraat 8	4561 KK	Hulst	0114-31 46 47	2*D				wollenman@zeelandnet.nl
64	45883	Volleman	Werner	W.J.E.M.	Kievitstraat 8	4561 KK	Hulst	0114-31 46 47	4*D	2SIN	2426	06-12 69 35 79	shemeka@zeelandnet.nl
65	9001078	Voren	Kayleigh	K.E.A.	Wilheminastraat 14	4581 AS	Vogelwaarde	0115-53 11 21	1*D				D.Vrebac@hetnet.nl
66	81452	Vrebac	Davor	D.	Iepenlaan 40	4537 TC	Terneuzen	0114-31 42 45	2*D				tonnievanzwol@hotmail.com
67	55209	Zwol	Tonny	A.C.	Leeghwaterstraat 66	4561 MB	Hulst	0114-31 42 45	2*D				



## Tradities.

Een tijd van jaarlijks terugkerende tradities breekt weer aan. De jaarlijkse feestavond is er één van, maar ook de droogpakken kunnen hun diensten weer gaan bewijzen, de kalkoenen hebben nog even de tijd om nog wat te groeien voordat ze in de pan belanden, de kersbomen hebben ook nog even de tijd om nog wat te groeien en niet te vergeten de oudejaarsduik met bij erg slecht weer als uitvalsbasis het zwembad. De oliebolletjes en Schrobbeleer zullen ook wel weer van de partij zijn.

*Iedereen fijne feestdagen gewenst.*

De redactie.



*Ilana*



*Na jaren van wachten  
hopen en dromen  
is onze wens toch uitgekomen*

*Ilana*



We zijn dolblij en trots  
met de geboorte van  
onze dochter en mijn zusje

Zij is geboren  
op 5 september 2008  
om 13.56 uur

Gyno en Gwendolyn  
Koujzer-Scheeters

Zusje van Aline

J.F. Kennedysingel 3B  
4587 AL Kloosterzande  
Tel. 0114-683237

# Taartenkalender

## Oktober

<b>Manon van den Berg</b>	<b>01 - 10</b>
<b>Paul Ceulenaere</b>	<b>20 - 10</b>
<b>Kayleigh van Voren</b>	<b>29 - 10</b>
<b>Frank Bertram</b>	<b>31 - 10</b>

## November

<b>Marc Mertens</b>	<b>03 - 11</b>
<b>Ronald Niemeijer</b>	<b>06 - 11</b>
<b>Jorg Verhallen</b>	<b>08 - 11</b>
<b>Kees Mast</b>	<b>08 - 11</b>
<b>Jackie Kips</b>	<b>21 - 11</b>
<b>Rob Secrève</b>	<b>28 - 11</b>
<b>Willem Verschueren</b>	<b>30 - 11</b>

## December

<b>Ineke Volleman</b>	<b>08 - 12</b>
<b>Marc Boon</b>	<b>28 - 12</b>

***Van Harte Gefeliciteerd met jullie verjaardag!!!!***

**DUIKSHOP**  
„OKTOPUSSY“

Frans en Rachel Meijaard



Wilhelminastraat 43, WEMELDINGE

Telefoon/Fax 0113 622260  
vanuit België: 0031113-622260

Het beste adres voor:

Scubapro  
Spiro Techniek  
Mares  
Suunto  
Sea & Sea  
Uwatec  
Ikelle

FLESVULLINGEN - FLESKEURINGEN  
AUTOMATENSERVICE  
VAKKUNDIGE ADVIEZEN

(Wij zijn de gehele week geopend,  
behalve woensdag.)

*Café de Schelde*

HET GEZELLIGSTE CAFÉ VOOR  
„APRÈS-PLONGÉE“

Diverse Belgische bieren

**TAXI C. DE SMET V.O.F.**  
**Bossestraat 81, Vogelwaard**  
**Tel/fax 0114 67 20 75**  
**GSM 06 53 95 29 77**

- Ziekenfondsvervoer
- Particulier vervoer
- Groepsvervoer t/m 8 personen
- Rolstoelvervoer

**SAILREPAIR (BOOT EN SURFZEILEN)**  
**Carlos DE SMET**  
**Tel 0114 – 67 20 75**

# Nieuw duikmateriaal

Het is weer even geleden dat we in Hippocampus nieuwe productinfo brachten. Maar nu de feestdagen voor de deur staan (ja ja, ze zullen er sneller zijn dan je denkt) wordt het tijd om je nog eens wat cadeau-tips te geven.

## Green Force



Green Force lanceert een nieuwe led-lampkop. De beproefde 'Tristar 15' wordt vervangen door de 'Tristar Max', een lamp met meer vermogen en lichtopbrengst t.o.v. zijn voorganger. De led's zijn van het nieuwste type 'Seoel P4' en leveren een vermogen van maar liefst 55 Watt terwijl het stroomverbruik, door middel van een hogere efficiëntie en nieuwe technologieën, werd teruggeschroefd tot slechts 15 watt. De kleurtemperatuur bedraagt 6.000 Kelvin. De 'Tristar Max' wordt gemonteerd in een identieke aluminium behuizing als de 'Tristar 15' en blijft dus verrassend compact. De prijs van deze nieuwe lampkop is identiek aan die van de voormalige 'Tristar 15'. Het vermogen wordt dus opgetrokken, de prijs niet ...

[www.green-force.com](http://www.green-force.com)

## Suunto



De 'Suunto D4' duikcomputer is het nieuwste broertje van de 'Suunto D6'. De 'D4' heeft vier verschillende modi: je gebruikt hem als lucht-, nitrox- of vrijduikcomputer of gewoon als horloge. Het Suunto

RGBM decompressiemodel berekent diepe stops en het logboek heeft ruimte voor 240 duikuren. Hij kan gebruikt worden voor nitroxmengsels van 21 tot 50%. Verkrijgbaar in zwart, helblauw, geel en rose. Het zeer goed afleesbaar dotmatrix scherm en zijn mooi uitzicht maken van de 'D4' een 'die wil ik hebben' duikcomputer. Op [www.suuntocampaigns.com/d4/](http://www.suuntocampaigns.com/d4/) kan je een promotiefilmpje van zijn mogelijkheden bekijken en bureauachtergronden voor je pc downloaden. Richtprijs: 479,00 euro.

[www.suunto.com](http://www.suunto.com)

## Scubapro-Uwatec



Voor wie geïnteresseerd was in de Scubapro-Uwatec 'Galileo Sol', maar deze te duur vond, is er goed nieuws. Deze winter komt er een nieuwe telg van de Galileo-reeks op de markt: de 'Galileo Terra'. Prijs: 699,00 euro (promotieprijs bij de lancering). Deze duikcomputer is bedoeld voor de veeleisende duiker die alle essentiële functies van de revolutionaire Galileo-technologie wil, waaronder een digitaal kompas, een extra groot dotmatrix display, een herprogrammeerbare chip, keuze uit diverse talen en personalisatie van het scherm, gebruiksvriendelijkheid en uiteraard het revolutionaire PDIS-algoritme. PDIS is zorgt er voor dat de opbouw van microbellen tijdens de opstijging van een diepe duik zal worden tegengegaan, door een stop aan te raden en zodoende de veiligheid te verhogen. Het kan ook worden gebruikt om de duik te optimaliseren door de restant tijd van de duik ondieper te duiken dan de PDIS. Zoals je

merkt is de 'Galileo Terra' bijna even compleet als zijn grote broer de 'Galileo Sol'. Het enige dat ontbreekt is de geïntegreerde manometer met externe zender, het multi-gas-algoritme (overschakelen van je bodem mengsel naar een decomensel) en de hartslagmeter. Deze twee laatste items kunnen later alsnog worden aangeschaft. Bij lancering van de 'Galileo Terra' krijg je bij aankoop de upgradeset voor de hartslagmeter cadeau! Interesse? Ga dan snel naar uw geautoriseerde Uwatec-dealer voor deze unieke actie.

[www.scubapro.com](http://www.scubapro.com)

## Mares



De Abyss van Mares is al lange tijd een begrip als het gaat om hoge prestaties en robuuste betrouwbaarheid. De vernieuwde Abyss tweede trap, de 'Abyss 42' heeft een frontkap met metalen inzetstuk en 'Mesh-Grid' en een nieuwe slangbeschermer voor een betere warmteuitwisseling. In combinatie met de compactste eerste trap 'MR42T' (slechts 452 gram in DIN-versie) levert deze hoogwaardige prestaties. Het beste van twee werelden.

De Abyss dankt zijn goede reputatie op het gebied van betrouwbaarheid aan de vele duikrecords die de ademautomaat heeft gebroken. Denk maar aan de diepe solo-duik naar 313 meter of de 101 duikers die 40 minuten lang gelijktijdig uit één enkele MR22 eerste trap ademden. En deze traditie wordt hoog gehouden dankzij de nieuwe technieken en uitvoering: meer metaal, meer prestaties, meer betrouwbaarheid.

Meer Abyss. Adviesverkoopprijs 499,00 euro.



De nieuwe duikcomputers uit de 'Puck-serie' zijn ideaal voor duikers die puur gemak willen voor een betaalbare prijs. Een complete RGBM-duikcomputer die u met één knop bedient. Verkrijgbaar als polscomputer of in een console. Makkelijk te bedienen met één knop, onder alle omstandigheden. Navigeren door de programma's is buitengewoon eenvoudig en intuïtief. De 'Puck-serie' heeft drie speciale programma's: lucht, nitrox of bodemtijd. Het display is buitengewoon goed af te lezen. Met een contrastrijk scherm, achtergrondverlichting en alle info groot weergegeven. Advies verkoop: 209,00 euro.

[www.mares.com](http://www.mares.com)

### Oceanic



Al meer dan 30 jaar werken de ontwerpers van Oceanic met de nieuwste materialen en methoden om een duiker in alle omstandigheden van lucht te kunnen voorzien. Het resultaat is Oceanic's lichtst ademende automaat tot nu toe; de 'EOS', een droom van een automaat. Toen de automaat voor het eerst getest werd, werden de testen meerdere keren herhaald vooraleer ze de resultaten konden geloven. Bij elke test gaven de metingen aan dat de 'EOS' nauwelijks ademweerstand heeft. Dankzij precisie materialen, een uitgebreid onder-

zoek en een mooi ontwerp, heeft de EOS-automaat een ongelooflijke prestatie neergezet... Onder water ademt hij bijna net zo makkelijk als boven water. De ultralichte tweede trap van de 'EOS' is voorzien van een instelbare ademweerstand met doorslipsysteem op het einde (om beschadiging van de zitting te voorkomen), een pneumatische balancering, een prediver stand met een fijn kliksysteem (zoals bij een ratelsleutel), een kogelgewricht aan het verbindingstuk tussen slang en tweede trap en een orthodontisch mondstuk. Dit alles bevat in een ademautomaat die in de palm van je hand past. De overgebalanceerde eerste trap die samen met de 'EOS' geleverd wordt heeft zijn deugdelijkheid inmiddels bewezen; de 'FDX10' 1e trap vormt dus samen met de 'EOS' een perfecte combinatie. Hij is geschikt tot 40% nitrox en 100% antivries. De eerste trap is voorzien een DVT-systeem dat ervoor zorgt dat het eventuele water dat zich in je duikfles bevindt, niet terecht kan komen in je eerste trap. In de ogen van Oceanic is de 'EOS' veel meer dan een nieuwe ademautomaat: "Het is een droom die uitkomt".



Omdat mijn trilaminaat droogpak te klein geworden was (ja, ook die blijken elke jaar te krimpen) ging ik enkel pakken uittesten. In mijn duikcarrière heb ik al diverse soorten droogpakken gehad en om de één of andere reden hou ik niet zo van neopreen droogpakken, dus test ik eerst een trilaminaat droogpak. De reden is vooral dat ik liefst zo weinig mogelijk lood aan doe. De 'Softshell' is het nieuwe uiterst soepele en goed afgewerkte trilaminaat droogpak van Oceanic. De buitenzijde is bedekt met een slijtvaste stoffen laag. Dankzij de latex nekseal, die voorzien is van een overkoppelende zachte neopreenafdekking (Flex-Seal) het je geen last meer van koude ter hoogte van je hals. De extra lange ritsluiting op de rug wordt afgedekt en dus be-

schermd door een neopreenflap die aan de onderzijde voorzien is van velcro. Ter hoogte van de knieën is het materiaal dubbel uitgevoerd. Het in- en uitlaatventiel is van betere kwaliteit. SI TECH van Lysekil. De binnenzijde van het inlaatventiel is afgewerkt met een neopreen lapje, waarin drie gaatjes zitten die de luchtstroom doorlaten. Bij de eerste duik speelde dat lapje me parten. Het water was nog koud, dus had ik een dik onderpak aan - wat wenselijk is bij een trilaminaatpak. Maar blijkbaar drukte het onderpak zo hard tegen het neopreen afdeklapje, dat er geen lucht kon binnenstromen als ik op het inlaatventiel drukte. Nadat ik met een schaar enkele gleuven in het afdeklapje gesneden had, was het probleem opgelost. Zalig pak! De 'Softshell' is binnenin voorzien van broeksriemen en wordt geleverd met een losse kap. Het pak wordt verkocht voor 749,00 euro, wat zeker niet duur is voor zulke kwaliteit.

Uiteraard heb je ook nog een onderpak nodig als je met een trilaminaat droogpak gaat duiken. De 'Combo 500' is een zeer warm tweedelig unisex onderpak. Een tweedelig pak heeft onder andere het voordeel dat je niet heel je pak moet uitdoen als je ergens iets gaat drinken. Op de broek zit aan de bovenzijde van de achterkant een flap die je naar boven kan plooiën. Dat is nodig, want anders heeft je broek de neiging om af te zakken. Voordat je in je droogpak kruipt kan je de vest en broek met elkaar verbinden doormiddel van velcro; zo vormt je onderpak één geheel. Richtprijs: 169,00 euro.

[www.oceanic.de](http://www.oceanic.de)

### Northern Diver



Traditioneel boden neopreen droogpakken heel wat bescherming, maar ze waren taai en zwaar. De afgelopen 20 jaar zijn de neopreen droogpakken lichter en flexibeler

geworden. Met de 'RBX' keert Northern Diver terug naar het taale traditionele droogpak, maar dan wel aangepast aan de technologie van vandaag. Met andere woorden: comfort en beweeglijkheid voor de duiker, terwijl het pak een peulschil weegt. Persoonlijk geef ik de voorkeur aan trilaminaat droogpakken, maar tijdens een test in water van 4°C, gedurende 40 minuten, zonder extra onderkleding, moest ik vaststellen dat het RBX-pak een zeer goede warmte isolatie biedt en merkbaar sterker en lichter is dan vergelijkbare droogpakken: door zijn dubbele dichtheid en gas geblazen neopreen is de 'RBX Rubbatex' tweemaal zo sterk, zonder massa toe te voegen; het gewicht blijft maar de neopreendikte wordt opmerkelijk minder. Dus je moet minder lood aandoen!

Het dragen van 'RBX' geeft het comfort waar vele duikers naar gezocht hebben, voor zowel sportduikers als technische en commerciële duikers. Hou een 'RBX' vast en voel het lichtgewicht, probeer het uit en je zal overtuigd zijn van het design en duikgevoel! De RBX is binnenin voorzien van broeksriemen en wordt standaard geleverd met rockboots. Prijs: 1.399,00 euro.



Het nieuwe 'loodharnas 2008' van Northern Diver moet het grote succes van zijn voorganger opvolgen. Aan het design werd zo goed als niet 'gesteund'. Het harnas werd wel extra verstevigd met nylon waardoor er nu tot 16 kg kan worden opgeborgen. In de zijzakken kan je 6 kg per loodzak steken. Achteraan op de rug zijn twee bijkomende zakjes aangebracht waar je in elk 2 kg kwijt kan. De Velcro is verdwenen en vervangen door een kliksysteem waardoor je de loodzakken gemakkelijk kan verwijderen. De zijzakken op de dijen zijn, zoals zijn voorganger, afzonderlijk te dragen door simpelweg te ontklikken. Het harnas is beschikbaar in twee maten S/M en L/XL. Het harnas is echter verstelbaar tot de ge-

wenste lengten, zowel in de breedte als in de hoogte. Prijs: 106,00 euro  
[www.ndiver.com](http://www.ndiver.com)

### Underwater Kinetics



Als het water warm is en de zon schijnt, dan is het verfrissend om in een nat pak te kruipen. Maar op andere momenten is dat niet zo leuk. Wil je enkele uren na de duik opnieuw duiken met je natpak én dat terwijl het binnenin toch droog, dan is de 'Hangair' - een 'kapstok met ventilator' - misschien wel iets voor jou? Underwater Kinetics kwam met dit ontwerp op de markt om surfpakjes te drogen. Maar uiteraard kan je er ook je duikpak mee drogen. Ook uitermate geschikt om je klammig droog pak vochtvrij te maken. Extra pluspunt: het drogen met de 'Hangair' voorkomt bacteriengroei en dus ook die onaangename geur van je pak. De 'ventilator' heeft brede schouderstukken waardoor je duikpak niet vervormd wordt. Een ventilator creëert een luchtstroom waardoor je pak na ongeveer 3 uur droog is aan de binnenzijde. Een vochtig droog pak is nog sneller droog. De 'Hangair' wordt geleverd met een netadaptor en werkt ook op de 12V voeding van je auto. Richtprijs: 50,00 euro.

[www.uwkinetics.com](http://www.uwkinetics.com)

### Diver batteries



"Neem altijd een reserve mee op verlof!" is de slogan die je op de 'Divers batteries' display kan lezen. De betere duikwinkel heeft deze staander in huis en je kan er alle batterijen van bijna elk merk en type duikcomputer op terugvinden. Heb je een computer waarvan je de batterijen zelf kan vervangen? Zorg dan dat je een reserve batterij meeneemt op vakantie. Op de website [www.diverbatteries.com](http://www.diverbatteries.com) vind je meer info (in het Nederlands) over de beschikbare merken en typen duikcomputers.

### Liquid Image



Voor kinderen van 8 tot 88 jaar is er een duikbril beschikbaar met ingebouwde foto- en videocamera: de 'Liquid Image Underwater Digitalcamera'. Er zijn twee versies beschikbaar: een 3,1 megapixels en een 5 megapixels; die respectievelijk rond de 99,00 en 129,00 euro kosten. De duikbril levert scherpe beelden af van je buddy of het leven onder water. Ook de video's zijn leuk om te zien. Software om de video's en foto's te bewerken zijn bijgeleverd. De duikbril - of is het de camera (?) - is waterdicht tot 30 meter. De interne opslagcapaciteit bestaat 29 high resolution foto's of 53 vga-video's. Je kan het geheugen uitbreiden tot 4 gigabyte, met normale SD-geheugenkaarten. De foto zet je over naar je pc met behulp van een USB-kabel. Een leuk gadget voor de snorkelaars en de jeugddivers... maar ik ben er zeker van dat papa hem als eerste zal meenemen tijdens zijn duik.

[www.joherag.com](http://www.joherag.com)

### Apeks-bezitters opgelet!

Apeks ontdekte onlangs dat hun tweede trap verkeerd gemonteerd werd. Daarom vragen ze aan duikers die in het bezit zijn van TX, ATX en XTX tweede trappen, om terug naar de dealer te gaan met hun ademautomaat. Het gaat om

ademautomaten die voor juli 2008 verkocht zijn.

De mogelijke problemen zijn: de internationale koppeling, de beschadigde schroefdraad van een DIN-koppeling en/of een onderdeel van de tweede trap die verkeerd gemonteerd zou zijn en niet goed op het membraan drukt.

Als je een tweede trap en octopus van Apeks in huis hebt die nog nooit een geautoriseerde servicebeurt onderging (zelfs als je er nog niet veel mee gedaan hebt), duik er dan niet mee. Ga eerst langs de dealer om hem te laten checken. Apeks verantwoordt zich voor het ongemak.

[www.ap eks.co.uk](http://www.ap eks.co.uk)

### Cressi-sub



Overgewicht, is een gekend probleem... nee, ik heb het hier niet over jouw overgewicht, maar wel over het overschrijden van het maximum toegelaten gewicht dat je bagage mag wegen als je het vliegtuig neemt. Cressi-sub, de specialist als het er op aankomt om degelijk duikmateriaal aan te bieden met een zo laag mogelijk gewicht, heeft een nieuw 'ultra light' trimvest op de markt gebracht. De 'Flex' weegt slechts 1,8 kg en vermijdt dus het overgewicht van je cargo. Bovendien neemt de 'Flex' niet veel plaats in als je hem opvouwt. Het is dankzij lichtgewicht ringen, dunnere banden en het ontbreken van een harde rugplaat, dat de 'Flex' zo licht weegt. Ondanks de besparingen op gewicht werd er niet ingelêverd op gebied van comfort en nuttige voorzieningen.

[www.diveequipment.nl](http://www.divequipment.nl)

### Bare



Het nieuwe tweedelige 7 mm 'BARE Elastek' pak van Bare is op de markt. Het super elastische pak heeft de combinatie van uitiem comfort, pasvorm en warmte.

Bare heeft sinds jaar en dag de filosofie dat de rekbaarheid van het neopreen niet de maatvoering moet verruimen maar juist ten gunste moet komen aan het comfort en de pasvorm. Daarom is de 'Elastek' leverbaar in 15 heren en 13 damesmaten.

[www.barescubadiving.com](http://www.barescubadiving.com)

### Camaro



Camaro biedt dit jaar shirts in het vernieuwde Bamboe-materiaal aan. Bamboe is een vezel afkomstig uit de natuurlijke omgeving, die de basis vormt voor uitstekend comfort.

Bamboe-materiaal bevat natuurlijke infraroodstralen; deze stimuleren de lichaamseigen hitte-isolatie. ■

[www.camaro.at](http://www.camaro.at)

TEKST: IVO MADDER

## Hippoëzie

### Hippocampus hippocampus



Krols en afwezig  
als een naamloos getij  
in een golf  
amper sterker dan adem  
was je...

Het plotselingse oit,  
het minst verwachte,  
te dromen als 10 centimeter levend goud  
dat niemand ooit ontginnen zal.

Fabelbeest uit een zo vertrouwde diepte,  
nooit bereiden,  
noch getemd,

Jij die het schemersop  
uitmuntend teistert  
met een luiheid

die de traagte sympathiek maakt;  
jij bent een roofdier in mijn verbeelding;  
een ongemuld helicopterwezen,  
en ik jou enige, gewillige prooi  
die zich in uitiem rust,  
onopgevreten spiegel  
en je blind van jouw reflectorogen  
aanschouw

als een ongekend ik...

Bij deze schuif ik dit gedicht  
behoedzaam in een minifles  
waar jij ooit nog toevalliger  
je staart rond krullen zal  
en dan weet ik

dat jij bescheiden proeft  
wat ik zo naakt  
als jij toen was,

in watertaal wou fluisteren,  
hoe uniek en enig ik jou toen las...

TEKST: AXEL DAESELEIRE

FOTO: CLAUDIA GRAVENSTEIN

# Duik in een nieuwe wereld



# en neem even tijd voor jezelf

Voetverzorging bij u aan huis  
Medische pedicure  
Voetreflexologie  
Aromatherapie

BIANCA PAUWELS  
De Stropersstraat 40  
9190 STEKENE (B)  
Tel. 03 - 7706394

## Nieuwe rage onder duikers!

Schelpen die als souvenir meegenomen worden, schildpadden en haaienvinnen die in de soep verwerkt worden, gedroogde zeepaardjes die medische eigenschappen zouden bezitten,... dat zijn enkele zaken waar al decennia lang tegen gestreden wordt en die maar moeizaam aan banden te leggen zijn... Maar het wordt nog erger...

**N**a het graveren van je naam in een boom, is de nieuwste rage blijkbaar het graveren van je naam in koralen en sponzen.

### ik was hier ook

Eind april 2008 doken we in het noordoosten van Bali op een wrak van de Liberty-klasse.

Dit schip werd door de Jappen getorpedeerd. Maar gelukkig kon het nog volle vaart naar de kust varen, waar het tientallen meters het land opvoer. Alle (Amerikaanse) soldaten konden ontsnappen. Enkele jaren na de tweede wereldoorlog heeft een lavastroom van de vulkaan het schip weer de zee ingedruwd. Ik vermoed dat we daar al in de Straat van Lombok waren. Op zo'n twintig-derdiger meter diepte konden we een 'bewerkte'

bekerkoraal (zie foto) 'bewonderen'. Toeristen, want Balinezen duiken echt niet veel, kunnen hun handen blijkbaar niet thuishouden. Aan de namen te zien is het zeker niet iemand uit Bali die het spreekwoord "De namen van gekken staan op alle plekken" ten aanschouwen brengt.

Ik wil hierbij iedereen oproepen om zijn handen thuis te houden en alleen bubbels achter te laten! Dus zeker geen boodschappen onder water achterlaten in de stijl van "Ik was hier ook".

### gedroogde zeepaardjes

Bij de terugkeer uit Bali maakten we een tussenstop te Kuala Lumpur, de hoofdstad van Maleisië. In een apotheek konden we foto's nemen van diverse gedroogde dieren die als medisch middel te koop aangeboden worden. Niet te geloven dat

een volk dat de Petronas-towers kan bouwen, nog zoveel bijgeloof kent! In deze apotheek waren perissen (met blaas, van herten), hertengeweien, gedroogde miljoenpoten, klauwen van roofdieren, ogen van uilen, longen van vleermuizen, enz. te koop. Ook gedroogde zeepaardjes lagen er met de kilo's!

Mensen, duikers... wie doet hieraan mee?

Ik wil hierbij een oproep doen aan iedereen: koop niets van dit alles! Ga kijken, maar breng niets mee of laat niets meebrengen door een ander! ■

TEKST EN FOTO'S: GUIDO KUBBEN EN INGRID LODEWIJCKX, COWOL HASSELT



# EFFE LACHEN

**Op en live-aboard in Egypte zitten ongeveer 20 duikers aan boord, opeens komt de kapitein in volle paniek aanlopen en roept: “fire, fire, we are sinking.**

De instructeur van NAUI denkt na en zegt tegen de duikers: “mannen, doe jullie spullen aan, dan snorkelen we naar de kant, het is maar 2 kilometer, en als we onze vest opblazen, moet dit geen probleem opleveren”. Zo gezegd, zo gedaan.

De instructeur van de NOB denkt na en zegt tegen de duikers: “jongens doe jullie spullen aan, dan duiken we naar de kant, het is maar 2 kilometer, en aangezien wij zoveel trainen in het zwembad, moet dit geen probleem zijn”. Zo gezegd, zo gedaan.

De instructeur van PADI denkt na en zegt tegen de duikers: “mannen doe jullie spullen aan, geef me ieder 50 euro, dan doen we binnen een half uurtje een wrakduik”.

Bron: [www.duikforum.nl](http://www.duikforum.nl)

## **Paralympics.**

Een man zonder armen en benen komt bij het NOC en zegt: “Ik wil zwemmen”. Een delegatie van het NOC gaat mee met de man naar een zwembad en smijten hem in het water, hij zinkt als een baksteen naar de bodem en na ongeveer twee minuten te hebben gewacht halen ze hem terug boven en reanimeren hem. Het eerste wat hij zegt: “Wie heeft mij die badmuts opgezet?, ik zwem met mijn oren”.

## **Enkele verklarende woorden i.v.m. de duiksport**

- Bootduik - Heel ingewikkeld, gewoonlijk duiken boten niet.
- Buddy - Zelfde dag, zelfde oceaan. Duiken doe je steeds met een buddy, dus nooit alleen.
- Duikmes - Onderwatermagneet voor roest. Snijdt in noodgevallen nog niet door hete boter.
- PADI - Professional Association of Diving Instructors.  
Ook
  - Put Another Dollar In
  - Pay And Dive Instantly
- Snorkel - Buis om zeewater en insecten op te zuigen aan de oppervlakte.
- Wrakduiker - Ben je wanneer je zonder lucht valt op -35 m.

## De Japanse oester in Perkpolder: lastpost?

In 2006 en 2007 heeft het imago van de Japanse oester een flinke deuk opgelopen. Vele stranden rondom de Oosterschelde lagen ermee bezaaid en ook het Westerscheldestrandje in Perkpolder kreeg ermee te maken. Vervelend, want recreanten haalden hun voeten open aan de messcherpe zijanten van de schelpen. Hoe komt zo'n lekkernij, maar tegelijkertijd lastpost, nu eigenlijk in de gemeente Hulst terecht?

De Japanse oester is al in 1964 door Zeeuwse oesterkwekers in de Oosterschelde binnengehaald, omdat het jaar daarvoor vrijwel het gehele bestand aan Zeeuwse (ofwel platte) oesters door een extreem strenge winter verloren was gegaan. Aangenomen werd dat de Japanse oester zich niet zou voortplanten vanwege de te lage watertemperatuur. Het is anders gelopen. Ze hebben zich wél voortgeplant en zijn uiteindelijk ook terechtgekomen in de Westerschelde, voornamelijk in het gebied Perkpolder en tot in de Antwerpse havens.

De stroming moet op een moment gunstig zijn geweest om de larven, die zich gedurende de voorplanting 2 à 3 weken mee laten voeren, de kant van de Westerschelde uit te laten gaan. De West-Zeeuws-Vlaamse zandstranden en de kust van de gemeente Terneuzen boden blijkbaar geen goed thuis. De stevige dijkvlooiingen in de gebieden rond Perkpolder vonden ze klaarblijkelijk een betere hechtplaats. De warme zomer van 2006 heeft uiteindelijk geleid tot een forse bestandstoename. De gemeente Hulst heeft toen eerst met de hand en daarna met een kraan de oesters weg laten halen, omdat ze het strandplezier

dusdanig bedierven. Nadat het strand in het voorjaar van 2007 is opgespoten met zand, is de oesteraanwas niet meer toegenomen en is er eerder sprake van afname.



Het mag dan een onprettig beestje zijn voor de voeten, toch kunt u er ook uw voordeel mee doen.

De Japanse oester is namelijk zeer geschikt voor consumptie. Zij doet zeker niet onder voor onze platte Zeeuwse oester. Er zijn verschillende bereidingsmogelijkheden. Rauw zijn ze, volgens velen, het lekkerst. De zilte smaak is even wennen dus om ze te leren eten, kunt u de geopende oester met geraspte kaas in de oven gratineren. Een gerenommeerd Zeeuws restaurant heeft ook een heerlijke tip: bak de oester met een reepje spek er omheen in de pan en zet hem dan nog even met geraspte (oude) kaas in de oven. Loopt het water u ook al in de mond?

# Vergelijkende studie economische systemen

Geschreven door Tom Lassing

23 okt, 11:34

(Bron: Waarschijnlijk Peter Sprang, maar we hebben daarover geen zekerheid, overigens zijn er aanpassingen op de originele tekst aangebracht, mede door een bijdrage van Johan P. en Tom Lassing)

## Socialisme

Je hebt 2 koeien waar je hard voor gewerkt heb, en de regering geeft daar 1 van aan je buurman die geen koeien heeft omdat hij geen barst uitvoert.

## Communisme

Je hebt 2 koeien. De regering neemt ze allebei af en geeft je een beetje melk.

## Fascisme

Je hebt 2 koeien. De regering neemt ze allebei af en verkoopt je melk.

## Nazisme

Je hebt 2 koeien. De regering neemt ze allebei af en schiet je vervolgens neer.

## Bureaucratie

Je hebt 2 koeien. De regering neemt ze af, schiet er ééntje dood, melkt de andere en giet de melk dan weg...

## Traditioneel kapitalisme

Je hebt 2 koeien. Je wisselt er één voor een stier, je kweekt een hele kudde koeien, verkoopt die en gaat leven van de rente.

## Lehman Brothers en Fortis kapitalisme

Je hebt 2 koeien. Je verkoopt er 3 aan een dochteronderneming in Korea en gebruikt daarvoor het krediet dat je via je schoonmoeder hebt aangevraagd bij een Brusselse bank. Vervolgens voer je een ruil door met een Amerikaans bedrijf om je 4 koeien op te kopen en aan je terug te schenken, zodat je de belastingen op de 5 koeien kanterugtrekken. De subsidies die Europa je uitbetaalt voor de melk van je 6 koeien investeer je via een stroman in je Koreaanse dochteronderneming. In je jaarrapport geef je 8 koeien aan met een optie op een 9de . Je verkoopt 3 koeien om een Amerikaanse kwekerij te kopen en wordt vervolgens op Amerikaanse veemarkt ontmaskerd omdat je eigenlijk niets van koeien weet. Je beweert achteraf dat je niet begrijpt dat je stallen leeg staan en je vliegt achter slot en grendel...

## Amerikaans systeem

Je hebt 2 koeien. Je verkoopt er 1 en dwingt de andere om melk voor 4 te geven. Je bent verbaasd als het beest doodvalt.

Waals systeem

Je hebt 2 koeien. Je gaat in staking omdat je er 3 wilt.

Japans systeem

Je hebt 2 koeien. Je manipuleert hen genetisch zodat ze tien keer kleiner worden dan een normale koe en zodat ze twintig keer meer melk geven.

Duits systeem

Je hebt 2 koeien. Je manipuleert ze genetisch zodat ze 100 worden, maar ??n keer per maand moeten eten ?n zichzelf melken.

Brits systeem

Je hebt 2 koeien. Ze zijn alle twee gek.

Hollands systeem

Je hebt 2 koeien en je overlegt eindeloos met iedereen hoe die verzorgt en gemolken moeten worden.

Hollands systeem (2)

Een boer ergens in een dorp heeft twee koeien en je gaat samen met wat andere stadsgenoten een comité oprichten om te bepalen hoe deze boer zijn twee koeien het beste kan verzorgen en zo diervriendelijk mogelijk kan melken. Vervolgens ga je via de rechter afdwingen dat die boer volgens de richtlijnen van jouw comité-richtlijnen gaat werken.

Italiaans systeem

Je hebt 2 koeien, maar je weet niet juist waar... . En nu ga je spaghetti eten.

Russisch systeem

Je hebt 2 koeien. Je telt ze en ontdekt dat je er 5 hebt. Je telt ze opnieuw en ontdekt dat je er 30 hebt. Je telt ze opnieuw en ontdekt dat het er 17 zijn. Je stopt met tellen en opent je 4 de fles wodka van deze ochtend.

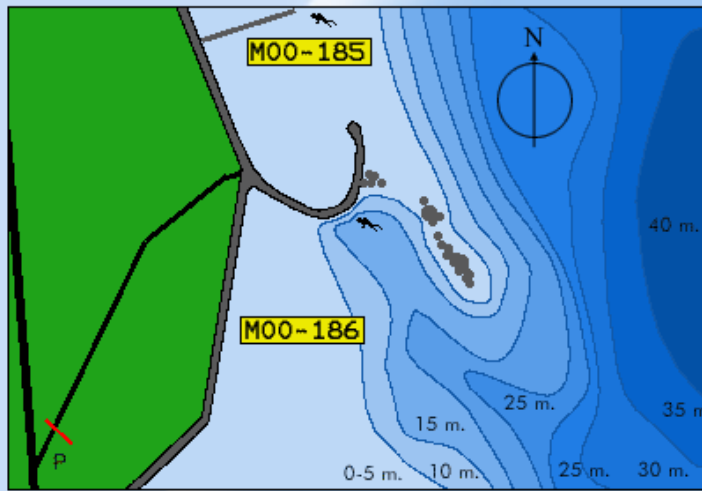
Frans systeem

Je hebt 2 koeien. Ze zijn de belangrijkste koeien ter wereld.

Zwitsers systeem

Je hebt 500 koeien, maar géén enkele is van jou. Je verdient geld door ze voor 'onbekende' buitenlanders bij te houden.

# Duikstek van het kwartaal: Katshoek (57)



Als er één duikplaats is in Zeeland die je doet geloven dat je op een tropisch rif duikt, dan is het wel Katshoek. Niet eens vanwege de begroeiing, hoewel die hier zeker heel weldadig is, maar meer nog vanwege de ligging. Als je bij het water aankomt zie je, bij laag water, een stukje uit de kust wat stenen bovenwater uitsteken (rifdak). Om daar te komen, moet je eerst een stuk water oversteken (lagune). De binnenzijde (binnenrif) van deze heuvel is prachtig begroeid en er wonen ontzettend veel Kreeften. Deze zijde van de heuvel loopt door tot een diepte van

13 meter. Als je over de heuvel heen zwemt, kan je aan de andere zijde (buitenrif) naar veel grotere diepten, maar je merkt meteen dat je nu duikt buiten de betrekkelijke bescherming van de binnenzijde, want de stroming is hier aanmerkelijk groter.

De flora en fauna van Katshoek is net zo gevarieerd als de duikstek zelf. Aan de buitenzijde waar een sterke stroming staat vind je veel Zeeanelijeren en Brokkelsterren, het is hier zelfs mogelijk om een Zeedahlia te vinden. Aan de binnenzijde heb ik naast ontzettend veel Kreeften ook een Spinkrab gezien. Het is dat hij zich ging verplaatsen, anders had ik hem vanwege zijn camouflage nooit gezien. Opmerkelijk was hier ook het aantal Paarse buisjessponsen.



## Belangrijk!

Vanwege werkzaamheden aan de zeewering is het van 1 januari tot 15 oktober 2008 waarschijnlijk niet mogelijk op op deze plaats te duiken.

Voor meer informatie zie: [projectbureau Zeeweringen](#).



Kats is een klein haventje vlakbij de plek waar de Zeelandbrug met Noord-Beveland is verbonden. Bij de haven van Kats liggen 2 duikplaatsen, maar een stukje verder het dorp weer uit ligt de duikstek "Katshoek"



# Theorieschema najaar 2008



## 2<sup>e</sup> Opleiding (afronding 2<sup>e</sup> theorie voorjaar 2008)

Datum	Les	Instructeur
26-sep	6 examen les 5, 2 <sup>e</sup> duiker, en dan???	Eric van Driessche

## 1<sup>e</sup> Opleiding

Datum	Les	Instructeur
begin 2009	0 Introductie	
	1 De eerste kennismaking.	
	2 De voorbereiding van een duik.	
	3 De duik.	
	4 Plan je duik en duik je plan.	
	5 Duiken in het buitenwater.	
	6 Duiken je kunt er alle kanten mee op.	
	7 Handig om te weten.	

## 2<sup>e</sup> Opleiding

Datum	Les	Instructeur
31-okt	1 Nachtduiken.	Marc Hemelaar / Frits Coenen
7-nov	2 Getijdenwater.	Herman de Boij
14-nov	3 Als je buddy hulp nodig heeft.+ zwembad	Ronald Niemeijer
21-nov	4 Diep duiken.	Eric van Driessche
28-nov	5 Het leven onderwater.	Herman de Boij
19-dec	6 2 <sup>e</sup> duiker, en dan???	Frits Coenen

## 3<sup>e</sup> Opleiding

Datum	Les	Instructeur
3-okt	1 De 3 <sup>e</sup> duiker aan de leiding	Ronald Niemeijer
10-okt	2 Decompressie	Eric van Driessche
17-okt	3 Dive Leader ..en dan	Frits Coenen
24-okt	4 Je duikuitrusting	Herman de Boij



# Het experimenteren in de genen: vader en zoon Haldane

John Scott Haldane kennen we vooral als één van de grondleggers van de duiktabellen. Zijn zoon, John Burdon Sanderson Haldane, is minder gekend bij de duikers. Toch heeft ook hij een impact op onze duiksport gehad.

Natuurlijk kennen we Haldane uit de cursus. Die van de tabellen, niet? Wellicht is het minder bekend dat er voor ons duikers twee belangrijke Haldanes waren. Dat we nu vele geheimen kennen van de gevolgen van het onder druk komen en dat we nu in alle veiligheid kunnen duiken, is voor een groot deel te danken aan vader en zoon Haldane.

## John Scott Haldane (1860 - 1936)

John Scott Haldane stamde uit een aloude adellijke Schotse familie. Zijn vader was notaris in Edinburgh. Zijn broer Richard ging in de politiek en bekleedde verschillende ministerfuncties in de liberale en Labourregeringen van die tijd. John Scott daarentegen had meer interesse voor de wetenschap. Hij was verbonden als assistent aan de universiteiten van Dundee en Oxford en werd directeur van de Mining Research Company. Hij was een praktisch man en was vooral ge-

*Sir John Haldane, één van de grondleggers van de hedendaagse decompressietechnieken.*



interesseerd in de toepassing van de research om het welzijn van de mens te verbeteren. Zo stond hij versteld dat bij een mijnexplosie in 1896 slechts 4 mijnwerkers van de 57 slachtoffers stierven door de ontploffing zelf; de anderen stierven door CO-vergiftiging.

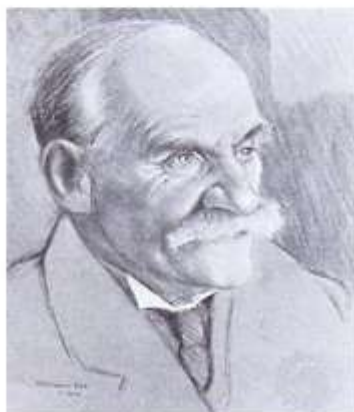
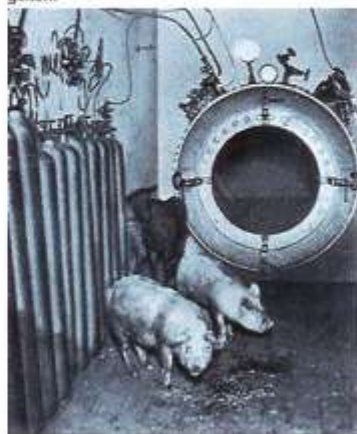
Als simpele en doeltreffende methode liet hij de mijnwerkers muizen meenemen in de mijn. Vermits die een sneller metabolisme hebben, vertonen zij sneller symptomen van CO-vergiftiging dan de mens en waarschuwen alzo de mijnwerkers. Hij voerde ook allerlei maatregelen in om de mijnen beter te ventileren.

## Experimenten

Zijn stelling bij het experimenteren was, dat je geen dieren nodig had als de proeven op een mens gedaan konden worden. Die proefpersoon was meestal hijzelf! Zo ademde hij zelf CO in om het percentage koolmonoxide in zijn bloed vast te stellen en zijn reacties te observeren. Zo behaalde hij hoeveelheden van 56%, bijna zoveel als de overleden mijnwerkers die 60% CO bereikten. Hij daalt zelf af in de mijnen en neemt zijn zoontje John Burdon Sanderson vanaf diens vierde jaar mee.

Samen met John Priestley ontdekte hij het mechanisme van de adembaling. Niet het

*J.S. Haldane experimenteerde met varkens en geiten.*



*John Scott Haldane (1930), getekend door Tom van Oss - in private collectie.*

gebrek aan zuurstof deed de ademhalingsreflex ontstaan, maar de overdaad aan CO<sub>2</sub> in het arterieel bloed. Het was hij ook die ontdekte dat het gevaar van CO erin bestond dat het een vastere verbinding met de hemoglobine aanging dan zuurstof.

Tijdens de eerste Wereldoorlog vond hij een effectief gasmasker uit als bescherming tegen de gasaanvallen van de Duitsers. Samen met zijn zoon testte hij verschillende modellen van gasmasker uit. Om beurten observeerden ze elkaar om vast te stellen hoe lang het duurde eer ze bewusteloos vielen. Zijn longen geraakten er ernstig door beschadigd.

John Scott Haldane was een type voorbeeld van de verstrooide professor. Zo ging hij zich boven verkleeden omdat er gasten kwamen dineren. Hij bleef echter zo lang weg dat zijn vrouw eens ging kijken. Zij trof hem slapend in bed aan. Hij was zijn kleren aan het uittrekken, dus had hij aangenomen dat het bedtijd was.

*Professor J.B.S. Haldane (rechts) zat vaak zelf in de decompressiekamer als 'proefkonijn'.*



## Decompressieziekte

Maar voor ons is zijn belangrijkste werk natuurlijk de studie van de decompressieziekte bij duikers en arbeiders onder hoge druk in caissons. Vandaar ook de vroegere benaming 'caissonziekte'. Een andere benaming uit die tijd was 'bends' - van het Engelse 'to bend' (buigen, plooiën) - omdat de slachtoffers zich krom bogen van de pijn in de gewrichten. De regel was toen van in het begin van de opstijging traag te stijgen en dan sneller en sneller naarmate men de oppervlakte naderde.

J.S. Haldane deed proeven met geiten en stelde vast dat men juist het tegenovergestelde moest doen en dat het decompressiegevaar juist schuilde in de laatste fase van de opstijging.

Hij stelde proefondervindelijk vast dat het veilig was van een druk van 2 bar (10 m) naar 1 bar (de oppervlakte) te gaan. De druk halveren had dus geen nadelige gevolgen voor de duiker. Opstijgen van 2 bar naar 1 bar was dus eigenlijk hetzelfde als bijv. opstijgen van 6 bar naar 3 bar (of van 50 m naar 20 m). Verder stelde hij een lichaamsmodel voor, bestaande uit theoretische 'compartimenten' of 'weefsels'. De stikstofverzadiging en -desaturatie gebeurde volgens een variabele, 'half-time' genoemd. Uitgaande van deze twee vaststellingen stelde hij tabellen op die hij in 1908 publiceerde. Ze bleken een schot in de roos te zijn want met gebruik van zijn tabellen werd er tussen 1917 en 1924 zonder ongelukken voor 5 miljoen pond sterling aan goud uit de getorpedeerde Lusitania gehaald op 88 meter. De tabellen hebben gediend tot 1956. Zijn theorie is nog steeds de basis van de meeste duiktabellen.

In 1936 ging hij in Perzië om de gevolgen van de hitte en de zonnestralen op de Engelse oliearbeiders aldaar te bestuderen. Bij zijn terugkeer in Engeland liep hij een longontsteking op waaraan hij enige tijd later overleed.

### John Burdon Sanderson Haldane (1892 - 1964)

Het was duidelijk dat zoon Haldane - gewoonlijk Jack of JBS genoemd - veel van zijn vaders eigenschappen en zijn intelligentie geërfd had evenals zijn zin om te experi-

*JBS introduceerde het woord 'kloon', dat hij afgeleid had van het Griekse woord voor 'twijg'.*



menteren. Hoewel J.B.S. Haldane nooit een graad behaalde in wetenschappen - hij studeerde oude talen in Oxford - werd hij toch een briljant wetenschapper op gebied van biologie en genetica.

In één van zijn belangrijkste werken 'The Causes of Evolution' uit 1932 koppelde hij de principes van Darwin aan die van Mendel. Een theorie die bekend wordt onder de naam van 'moderne evolutionaire synthese'. Hij voorspelde de geboorte van reageerbuisbaby's en zal een belangrijke rol spelen in het vaststellen van de genetische schade veroorzaakt door straling. In het totaal publiceerde hij 23 boeken en meer dan 400 studies.

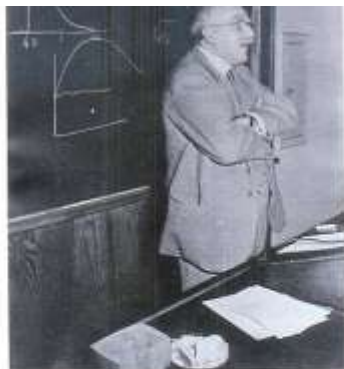
Op het laatst van zijn leven - in 1963 - schreef hij nog een toekomstvisie 'Biological Possibilities for the Human Species of the Next Ten Thousand Years' waarin hij het principe en het woord 'kloon' introduceerde. Hij had het afgeleid van de Griekse woord voor 'twijg'.

In de eerste wereldoorlog diende hij in Irak en in de loopgraven in Frankrijk. Hij werd tweemaal gewond. Waarschijnlijk is het daar dat hij een idealistische marxist werd. Hij schreef toen: "Als ik zal meemaken dat het socialisme in Engeland het beroep van kruidenier even eervol zal maken als dat van soldaat, dan zal ik gelukkig sterven." Hij is een hevige tegenstander van het fascisme en nazisme dat de macht veroverd in Italië, Duitsland en Spanje. Later zal hij breken met het communisme als gevolg van de misdaden van Stalin.

### Interesse voor duiken

Zoals zijn vader is hij zeer geïnteresseerd in het duiken en de gevaren daarvan. Op dertienjarige leeftijd doet hij al helmduiken tot 11 meter. Later verkrijgt hij een decompressiekamer van het Ministerie van Marine waarmee hij naar hartelust zal experimenteren. Vooral op zichzelf maar ook op zijn vrouw, zijn vrienden en zelfs op toevallige bezoekers zoals de Eerste Minister van Spanje.

*JBS voorspelde de geboorte van reageerbuisbaby's.*



*John Burdon Sanderson Haldane, zoon van John Scott Haldane, was een briljant wetenschapper op gebied van biologie en genetica.*

Zo testte hij eens op zichzelf een snelle drukvermindering uit... een zeer snelle wel, want de vulling in zijn tanden explodeerde. Een klaplong kwam geregeld voor en geperforeerde trommelvlieszen behoorden tot de routine. Hij noteerde daarover: "Het trommelvlies herstelt zich meestal, maar als er een gaatje blijft, is men een beetje doof. Daarentegen kan men tabaksrook uit dat oor blazen wat toch zeer gemakkelijk is in gezelschap."

Tijdens de tweede wereldoorlog deden 'kikkorsmannen' allerlei onderwatersabotages. Ze doken met zuivere zuurstof om niet verraden te worden door luchtballen. Dat gaf dan weer andere problemen, die JBS zou onderzoeken. Hij probeerde dus zelf zuivere zuurstof onder druk uit. Zo ademde hij zuurstof in onder partiële drukken tot 7 bar! Tijdens één van die experimenten kreeg hij zulke stuipen dat hij enkele van zijn ruggegewels kwetste. Zijn vrouw kreeg een aanval die 13 minuten duurde! Toen ze uiteindelijk stopte met over de vloer te wippen, hielp hij haar recht en stuurde ze naar de keuken om eten te maken.

Hij deed ook proeven met verminderde partiële zuurstofdrukken. Daar hield hij gedurende zes jaar een gevoelloosheid aan zijn lage rug aan over.

Om de decompressietijd te verminderen, introduceerde hij andere zuurstof-stikstofmengsels, nitrox dus. De nitrox- en trimix-duikers van nu teren nog altijd op zijn experimenten.

Ook de stikstofnarcose onderzocht hij en hij deed proeven met zuurstof-heliummengsels.

In 1956 verhuisde hij naar India als een duidelijk protest tegen de Engels-Frans-Israëliëse invasie van het Suezkanaal. Hij neemt er de Indische gewoontes aan zoals de kloderdracht. In 1964 overlijdt hij er aan kanker. ■

TEKST: WIM VAN DOESELAEER

### GERAADPLEEGD:

- ♦ 'STAIRS BENEATH THE SEA' - TREVOR NORTON
- ♦ 'A SHORT HISTORY OF NEARLY EVERYTHING' - BILL BRYSON



**R. VAN WESEMAEL b.v. Chemicaliën**  
Zoutestraat 109, 4561 TB HULST - Postbus 247, 4560 AE HULST  
Tel. 0114-314853  
Fax 0114-319555

*LAST VAN VREEMDE BEESTJES IN DE TUIN*

*ONVERWOESTBAAR ONKRUID*

*OF ANDERE PLAGEN ?*

*KOM DAN LANGS VOOR EEN PRIMA EN GEDEGEN ADVIES*

*GEWASBESCHERMING HUIS EN TUIN*

*BESTRIJDINGSMIDDELEN*

*MESTSTOFFEN*

*POTGROND*

*SPUITEN EN ADEMBESCHERMING*



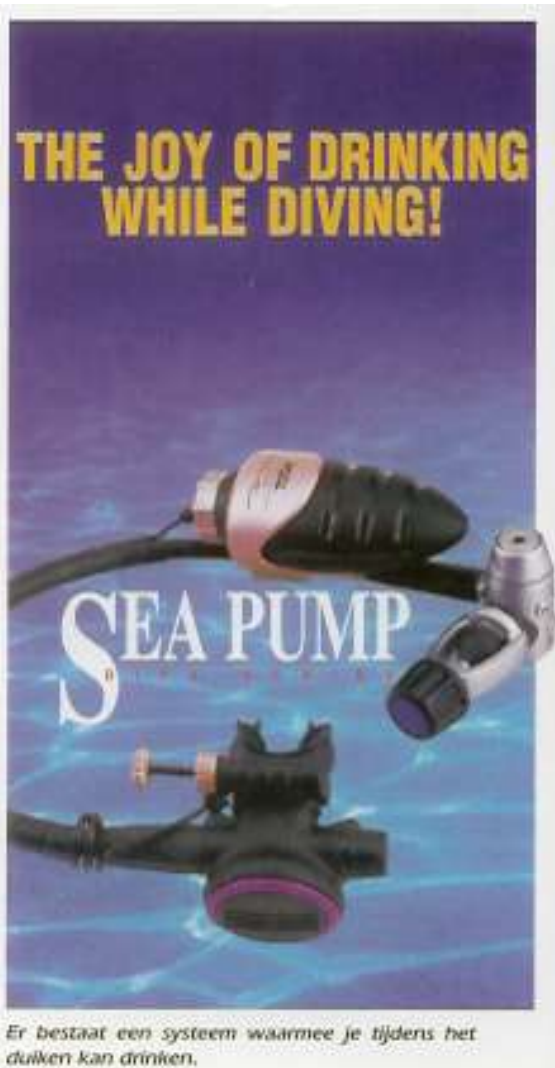
*OOK KUNNEN WIJ VOOR U VERZORGEN KEURING VAN BRANDBLUSSERS*

*NIEUW HET KEUREN VAN DE DUIKFLESSEN.*

En vergeet niet :

*THE WORST DAY DIVING IS STILL BETTER THAN THE BEST DAY WORKING!*

# Nieuwtjes



Bron: Hippo Campus - april 2008



Voor de duikleiders, Senz XL paraplu.  
Windproof 100 km/uur

## Nieuw-Zeelandse zwemt 151 meter onder water

Gepubliceerd: maandag 11 augustus 2008 13:18

Update: maandag 11 augustus 2008 14:34

**Een Nieuw-Zeelandse architecte heeft met 151 meter een nieuw wereldrecord onderwaterzwemmen neergezet.**

De 29-jarige Kathryn McPhee kwam tijdens het nationaal kampioenschap duiken 2 meter verder dan het staande record. Dat meldde de Nieuw-Zeelandse krant [Dominion Post](#) maandag.

Bij het zogeheten vrijduiken is het de bedoeling na een duik van de badrand zo lang mogelijk op eigen adem onder water te zwemmen. McPhee zwom in het wedstrijdbad van 25 meter meer dan zes banen. Ze bleef 2 minuten en 48 seconden onder water.

Bron: DePers.nl



## INNESPACE SEA BREACHER



[www.innespace.com](http://www.innespace.com)

The *Seabreacher* is the latest watercraft created by Innespace. This larger two seat vessel is powered by a supercharged Atkins marine rotary engine coupled to a Hurth V-drive transmission. The *Seabreacher* is currently undergoing testing and will be available in limited numbers for Racing and demonstration events in spring 2008.

At first glance, the new *Seabreacher* may look very similar to the *Innespace Dolphin*. However, it incorporates many design and engineering improvements that were gained from building, operating, and maintaining our first vessel. The body is fifty percent larger in volume, in order to make room for a full sized passenger as well as allowing for bigger and more powerful engine packages.



It's 50% larger and 20% heavier than the *Dolphin*



Hull can accommodate larger, more powerful engine packages

### CANOPY

Instead of using a retired F-16 aircraft canopy, we opted to use a wider and thicker canopy, as used on the new F-22 *Raptor*. The three-quarter-inch thick solid polycarbonate canopy is more than strong enough to withstand hard inverted landings, and is not prone to visual delamination seen on earlier multi-layered F-16 canopies. The slide-back canopy opening mechanism remains very similar to that of the original *Dolphin*'s design. This system proved very effective, allowing the *Dolphin* to be driven at full speed with the canopy wide open.

The off-cuts of the new chopped-down canopy were utilized in the underwater viewports positioned adjacent to the pilot's foot controls. These extra windows help the pilot avoid underwater obstacles and also give a 360 degree sensory experience to both pilot and passenger.

### HULL DESIGN

The *Seabreacher's* hull resembles a more conventional deep V shape design in order to increase surface performance and reduce the amount of water spray while planing. Long inward cutouts behind the main wings are designed to further minimize spray coming off the main wings. There are no downward facing chines on the underside of the hull, as we did not want the hull to generate more lift than the main wings could overcome when entering a dive at high speed.



Seabreacher has a 3/4 inch polycarbonate canopy as used on the new F-22 Raptor

#### POWERPLANT

We needed to select a new more powerful engine for the *Seabreacher*. In particular we wanted a high power to weight ratio in a marine-ready engine package that could couple directly to a marine transmission. After an extensive search we opted to use the high performance rotary engine by [Atkins Rotary Marine](#). The engine is lightweight (300lb), compact (basically a 2 foot cube), and generates 175 hp. Also, should we need even more power, a 250hp supercharged version is also available. Check out Atkins website to read more about their line of rotary engine packages at [www.atkinsrotarymarine.com](http://www.atkinsrotarymarine.com).

#### DRIVETRAIN

The drive has also been changed from an in-line drive to a V-drive layout. We have had problems with the *Dolphin* experiencing propeller cavitation at high speeds, but the *Seabreacher's* new V drive setup allows us to get the prop lower and further forward underneath the hull. It has also moved the center of gravity forward allowing for better balance and a greater tendency to pitch forward during jumps (allowing nose first re-entries). We selected an aluminum Hurth V drive transmission with a 2:1 gear reduction for maximum torque output.



Atkins marine rotary engine generates 175hp



Supercharged rotary engine option generates over 250 hp!

#### CONTROL SYSTEM

We have redesigned the control systems in order to increase performance and simplify its operation for novice pilots. Operation of the main wings remains the same, with two independent hand operated controls. The rear control surfaces, however, have switched from a V-tail (ruddervators) to a more conventional independent rudder and elevator setup. The rudder and elevators are both operated with an innovative new foot pedal control system that pivots left and right on one axis and up and down on a separate axis. This will make the driving experience considerably more intuitive and less tiring. The rudder is now mounted directly behind the prop, giving vectored thrust for low speed maneuverability.

#### SNORKEL

*Seabreacher* has a taller, larger snorkel, allowing for deeper dives and greater airflow capacity. The snorkel also incorporates an automatically closing butterfly valve to prevent water ingestion during even deeper dives. An [AgCam](#) submersible video camera pod is also mounted on top of the snorkel which allows the pilot to view the surface above via a dash mounted LCD screen.



Snorkel valve automatically closes during dives



Pilot has view ports for enhanced underwater visibility

## SAFETY

Keeping *Seabreacher* afloat and totally water tight under all conditions was a top priority. Both the cabin and engine bay are sealed watertight with the aid of pneumatic aircraft seals. Three independent bilge pumps are also on board, should a rogue wave swamp the interior while driving with the canopy open. The hull contains enough floatation to keep the hull afloat and upright, even if fully flooded.

The monocoque hull was engineered to withstand the hardest of impacts. Other structural safety features include a collapsible nose section, break away wingtips, and of course the strike resistant aircraft canopy. Both pilot and passenger are secured with Simpson five point safety harnesses. The canopy can be opened manually from inside and outside of the cockpit.

The build-up of hazardous fumes can pose a problem in a totally sealed marine environment, so we have taken every precaution to avoid any such problems. The *Seabreacher* has a vent-free collapsible fuel cell, as well as using the very durable, vent-free, dry-cell Optima battery. Onboard fume detectors also notify the pilot of the presence of any hazardous fumes.

## CONSTRUCTION

In designing and building the new *Seabreacher*, we have tried to simplify construction methods while maintaining strength and reliability. The prototype was built as a one-off monocoque structure, using vinylester and fiberglass with a Nidacore PVC honeycomb core. Future vessels will be made with a similar lay-up out of a four piece mold. All mechanical hardware is precision made from stainless steel, aluminum and teflon, and designed to be easily installed and removed if necessary.



Body was constructed with fiberglass over PVC honeycomb



Hull remains stable even when fully loaded

## STYLING

When deciding to build a bigger vessel, we felt that it was important not to depart from the sleek styling of the much smaller *Dolphin*. We needed to accommodate an extra full sized passenger and larger engine package, but we wanted to avoid a bulky sedan-like appearance. We also did not want to increase the volume of the craft unnecessarily, as it requires exponentially more power to drive a larger vessel underwater.

For this reason, we chose to build the lower hull (much like you build the rolling chassis of a car) before we built the final body shape. We installed all the major internal hardware as well as pilot and passenger, giving us all the necessary internal measurement constraints. The *Seabreacher's* body was then carefully sculpted to match up with the new flare-sided canopy and lower hull section.

The addition of the scallop-shaped sides and raised spine running down from the dorsal fin further help to minimize the bulk of the new *Seabreacher*. The addition of the large viewports represented a difficult design challenge, but we think their shape, along with the more angled canopy, give the new vessel a more aggressive look.



Keep an eye on this page for new photo updates including shots of the *Seabreacher's* radical custom interior, featuring high-tech instrumentation by [Faria](#) and electronics by [Dakota Micro](#)



## Waterhuishouding

**M**et onderstaand schema zal je niet dieper, noch langer kunnen duiken. Het kan er echter wel voor zorgen dat je aan duiken komt en dat het risico op een duikongeval kleiner wordt.

### zes tot drie dagen voor ...

Het moment om je water- en koolhydratenreserve aan te leggen. Voldoende hydratatie is hierbij het belangrijkste en moet leiden tot veel en heldere urine. Opgepast, je reserve slinkt als sneeuw voor de zon in geval van alcoholverbruik, droge lucht, diarree en braken.

Je energiepeil bouw je op met graanproducten, pastas, groenten, fruit, ... Daarnaast zorg je ook voor voldoende proteïnen door het eten van magere melkproducten, bonen, noten, soja producten, en mager vlees of vis.

### twee dagen voor ...

Water, water en calorieën. Ietsje meer dan gewoonlijk eten kan, maar overdrijf niet.

Het drinken van speciale sport- of energiedrankjes is niet noodzakelijk. Zorg ook voor voldoende nachtrust. Dit geeft je een beetje reserve voor een vermoeiende reis of een slapeloze eerste nacht in een ander bed.

### de dag ervoor ...

Aangezien je je reserves al opgebouwd hebt, is er geen noodzaak aan een extra caloriestoot. Hou het de dag voor het eigenlijke duiken rustig en licht. Neem slechts kleine hoeveelheden van dat gerecht waarnaar je al die maanden op gewacht hebt. Morgen kan je het opnieuw eten. Water, graanproducten, fruit en groeten zijn nog steeds de beste keuze. Let echter op voor mogelijke besmetting door water. In geval van twijfel, ga voor flessenwater.

### D-day

Eet wat je kent. Diarree of krampen kunnen je duik verpesten! Eet genoeg, maar licht en mager. Indien er verscheidene ma-

len gedoken wordt, eet in verscheidene keren kleine porties. Blijf drinken tot een 10-tal minuten voor de eigenlijke duik.

### tussen de duiken

Drinken en drinken. Water is het best, maar andere niet-alcoholische dranken zijn ook goed. Probeer ook kleine porties te eten, zoals vijgen, bananen, sinaasappels, snoepjes, magere koeken, ... Opgepast met lokale gerechten die aan boord bereid zijn. Alvorens ervan te eten, kijk de hygiëne na alsook je ervaring met de ingrediënten.

### na het duiken

Eet rustig voedsel met een hoog gehalte aan koolhydraten van zodra je uit het water komt. Probeer het alcoholgebruik te matigen en in ieder geval zo lang mogelijk uit te stellen. Alcohol zal je verder dehydrateren. Wacht dus een paar uurtjes vooraleer de lokale bar te bestormen.

Bron: Hippo Campus – april 2008

## Diuretische dranken

**W**e krijgen op een dag heel wat vocht binnen in de vorm van water, koffie, thee en frisdrank en denken misschien zo wél aan die vereiste twee liter te komen. Maar dat is een misverstand, want niet elke drank houdt het vochtpercentage in het lichaam op peil. Koolzuurhoudende en zoete (suikerhoudende) dranken, alcohol en cafeïne- en theinehoudende dranken zijn zogenaamde diuretische dranken, wat wil zeggen dat ze juist water aan het lichaam onttrekken, omdat ze de nieren stimuleren om vocht af te scheiden.

Het drinken van deze dranken leidt dus tot een netto verlies van water uit ons lichaam.

En omdat we al snel naar 'lekkere drankjes' grijpen als we dorst hebben, ligt het gevaar op de loer dat we collectief verdrogen en verzuren (kinderen zelfs nog sneller dan volwassenen, omdat het ideale waterpercentage bij hen hoger ligt). Om onszelf daartegen te beschermen, moet er tegenover elk kopje koffie, elk glas frisdrank of alcohol een glas water gedronken worden - bovenop die broodnodige dagelijkse twee liter.

### Hydratatie versus dehydratatie

Liters Water	Liters Diuretische dranken	Netto Liters
0	2	-2 (dehydratie)
1	2	-1 (dehydratie)
1	1	0
1	0	1
2	1	1
2	0	2
2,5	0,5	2

Bron: Hippo Campus – april 2008

Zeg niet altijd wat je weet, maar weet altijd wat je zegt.



# Evenementen kalender 2008



<b>Zaterdag</b>	<b>22 Maart 2008</b>	<b>Wijn-avond</b>
<b>Zondag</b>	<b>6 April 2008</b>	<b>Indoor klimmen</b>
<b>Zondag</b>	<b>27 April 2008</b>	<b>Zomersnertdag Oesterdam</b> (dringend aanbevolen voor nieuwe leden)
<b>Zaterdag</b>	<b>17 Mei 2008</b>	<b>Buitenzeelandduik</b>
<b>Weekend</b>	<b>27/28/29 Juni 2008</b>	<b>Kampeerweekend</b>
<b>Zaterdag</b>	<b>23 Augustus 2008</b>	<b>BBQ</b>
<b>Zaterdag</b>	<b>20 September 2008</b>	<b>Buiten-activiteit</b>
<b>Zaterdag</b>	<b>18 Oktober 2008</b>	<b>Indoor Skieën / Snowboarden Terneuzen</b>
<b>Zaterdag</b>	<b>8 November 2008</b>	<b>Feestavond</b>

## **Sheila & Marcel**

In het verleden behaalde resultaten bieden geen garantie voor de toekomst. Voor deze agenda is een prospectus opgesteld, het risico voor deze activiteiten is flexibel van hoog tot laag. Deze agenda kan op elk moment zonder opgave van reden door de organisatie gewijzigd worden. Aan deze agenda kunnen geen rechten ontleend worden en is geregistreerd bij de griffie van de arrondissements rechtbank van Bermudadorp. Deelnemers aan activiteiten zijn zelf verantwoordelijk voor de eventuele gezelligheid en loyaliteit van deze en zijn hiermee ook gerechtigd om een eigen bijdrage te leveren. Ideeen voor adequate invulling ter verbetering van de algehele omgang kunnen gedeponceerd worden in de ideeen bus gelocaliseerd te Bermudadorp.

Contact: Sheila  
Marcel

shemeka@zeelandnet.nl  
[marcel\\_sprekels@yahoo.com](mailto:marcel_sprekels@yahoo.com)

**Voor de huur van uw feestbenodigdheden**

of

**voor de totale verzorging van uw feest of evenement!**

Van **vork** tot **tent**

Van **diner** tot **barbecue**

Van **stoel** tot **biertap**

Van **drank** tot **aankleding**

Uw gastheer:

**Wim Versprille**

Postbus 200  
4530 AE Terneuzen

Bezoekadres op afspraak:  
Lange Reksestraat 10A  
4538 AZ Terneuzen

**Tel.: +31 (0)650 27 75 76**

**Fax: +31 (0)847 11 12 16**

[info@partyservicecantecleer.nl](mailto:info@partyservicecantecleer.nl)



Meer info op **[www.partyservicecantecleer.nl](http://www.partyservicecantecleer.nl)**