

April 2015

NIEUWSBRIEF Jaargang 3



Naar aanleiding van de informatiedag over Verder in Balans Zuid-Oost Brabant bij B-Fysic op het Kastelenplein in Eindhoven heeft Bart Verkooijen, student bewegingsagogie aan het Summa College in Eindhoven en stagiair bij B-Fysic, het volgende geschreven:

Ik heb voor mijn examen gekozen om een informatiemiddag + een sportles te geven aan onze leden van het oncologie programma. Ik heb hier voor gekozen omdat ik dit een interessant onderwerp vind. Bovendien wordt het de laatste tijd ook veel gebruikt omdat er gelukkig steeds meer mensen goed uit de ziekte komen. Het was een leuke ervaring om te doen; er was veel animo voor en alle leden die waren gekomen waren enorm enthousiast. Ze hebben meteen kennis leren maken met de kinesie wand waarmee we werken. Dit is zeer prettig ontvangen! We zullen deze wand dan ook gebruiken, wanneer alle leden hier graag vaker aan willen trainen. Alle volgers van het oncologie programma vinden het prettig en fijn om het trainen in groepsverband te doen waarbij je alle mensen om je heen leert kennen waarmee je wel en wee, lief en leed kunt delen.

Bart zal deze enthousiaste reactie van de deelnemers zeker meenemen in zijn volgende leerjaren en in praktijk brengen als hij als bewegingsagoog aan de slag kan gaan!

Ook in 2014 heeft Stichting Verder in Balans Zuid Oost Brabant er alles aan gedaan over zich te laten spreken en zich te profileren tijdens de verschillende evenementen in Eindhoven, in de ziekenhuizen. Folders worden verspreid op die locaties, op de informatiebalie van Inloophuis de Eik en elders in de regio. Het blijft nodig de aandacht te vestigen op de ziekte kanker en wat dit betekent voor de fysieke gesteldheid van de patiënt.

Sporten bij **B-Fysic** op het **Kastelenplein** Eindhoven blijft belangstelling trekken: er is een groep bezig op **maandag** van **10:00 – 11:00** uur (eventueel om 10:30 – 11:30 uur), op **maandag** van **16:30 – 17:30** uur, op **woensdag** van **18:30 – 19:30** uur en op **woensdag** van **19:30 – 20:30** uur. Dit sporten staat onder leiding van een erkend bewegingsagoog zodat de deelnemers op een verantwoorde manier hun conditie kunnen verbeteren. In 2014 zijn er 34 deelnemers met het programma van VIB bezig.

Vanuit inloophuis de Eik in Eindhoven gaat al jaren een groep op **donderdag** van **14:30 – 15:30** uur naar het **zwembad Eikenburg** om te "**bewegen in warm water**", onder deskundige leiding van gediplomeerde docenten. Deze groep is in grootte (13 deelnemers) nagenoeg hetzelfde gebleven en blijft graag komen.

VIB ZOB zal zich ook in 2015 manifesteren:

Op **woensdag 22 april** tijdens de **Beekloop** (op het terrein van de Grote Beek in Eindhoven).

Op **zondag 31 mei** tijdens de publieksdag in Inloophuis de Eik

Op **zaterdag 6 juni en zondag 7 juni** tijdens de Samenloop voor Hoop in Veldhoven, waar een team van B-Fysic zal meedoen aan de estafette loop gedurende 24 uur op het terrein van *GVAC*, waar het evenement plaats zal vinden.

Op **zaterdag 27 en zondag 28 juni** tijdens de Samenloop voor Hoop in Valkenswaard.

Op **donderdag 2 juli** een workshop sportief wandelen op landgoed Eikenburg. Wandelen met uitgebreid aandacht voor looptechniek en lichaamshouding.

Op **zondag 11 oktober** tijdens de **Marathon Eindhoven**.

Voorts deelname aan allerlei tussentijdse activiteiten die nog spontaan kunnen plaatsvinden.