

zo thuis als
maar kan

de waalboog



Zwemmen



Zwemmen

Zwemmen is goed voor iedereen, ook voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel. Stichting De Waalboog maakt het mogelijk dat niet alleen bewoners, maar ook andere kwetsbare ouderen iedere week kunnen zwemmen in het Erica Terpstra Sportfondsenbad in Nijmegen.

Zwemmen

Deze zwemuren op donderdag zijn met name bedoeld voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH). Voor deze mensen is het vaak niet gemakkelijk om een goede en veilige zwemplek te vinden. Daarnaast ontbreekt vaak de deskundige begeleiding. Dit zwemuur biedt onder andere het verbeteren en behoud van de algehele conditie maar ook het plezier in bewegen. Het zwemmen is goed voor herstel van motoriek en evenwicht maar bovendien ook een gezellige groepsactiviteit. Het zwembad is uitermate geschikt voor deze kwetsbare doelgroepen. Het zwembad heeft een aangepast bad met verstelbare bodem, de juiste watertemperatuur en biedt voldoende rust en ruimte om te kunnen zwemmen.



Bent u of kent u iemand die graag onder professionele begeleiding van De Waalboog wil gaan zwemmen? Dan bent u van harte welkom. Wij bieden u deskundige begeleiding door Alwies Hendriks, psychomotorisch therapeut van De Waalboog.

Zwemmogelijkheid dinsdag

Het zwembad is op dinsdag (behalve in vakanties) van 11.00 – 12.00 uur gereserveerd voor bewoners en hun begeleiders van De Waalboog.

Zwemmogelijkheid donderdag

Het zwembad is op donderdag (behalve in vakanties) van 13.45 - 14.45 uur gereserveerd voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel voor deelnemers van buiten die Waalboog die graag onder professionele begeleiding willen zwemmen.

Naast de dinsdag kunnen bewoners met hun begeleiders, ook op de donderdag onder begeleiding gaan zwemmen. De afspraak is dat de externe deelnemers voorrang hebben op het zwemmen onder begeleiding.

De kosten bedragen € 5,50 per zwemuur. Wij vragen dit per zwemuur contant te betalen bij aanvang in het zwembad.

Aanmelden

U kunt zich aanmelden bij Alwies Hendriks, psychomotorisch therapeut De Waalboog
E-mail: Alwies.Hendriks@waalboog.nl
Telefoon: 06 - 248 547 42

Adres zwemlocatie

Erica Terpstra Sportfondsenbad
Kwakkenbergweg 25
6523 MJ Nijmegen
Telefoon: 024 – 381 27 91
vrijblijvend vragen naar de mogelijkheden.



Alwies Hendriks



Samenwerking Edwin van der Sar Foundation

De Waalboog is een samenwerkingsverband aangegaan met de Edwin van der Sar Foundation. Deze stichting realiseert beweegprojecten voor mensen met hersenletsel, zoals zwemmen. De Foundation wil mensen met hersenletsel helpen hun leven weer (zelfstandig) op te pakken. De Foundation is een stimulerende en verbindende factor tussen diverse partijen; patiënten, revalidatiecentra, ziekenhuizen, woon-zorglocaties en verzekeraars.

Wilt u meer weten? Kijk dan op
www.edwinvandersarfoundation.org

De Waalboog

De Waalboog is een organisatie voor zorg, welzijn en wonen. Wij zijn er voor ouderen met verlies van lichamelijke en/of geestelijke mogelijkheden, voor jongere mensen met dementeringsproblemen en voor mensen in de laatste fase van hun leven. Dat doen we bij mensen thuis, en voor intensievere zorg in één van onze woonzorgcentra of in ons specialistisch zorg- en behandelcentrum.

BV 4.12/ mei-21/ versie 3

zo thuis als
maar kan

de waalboog

Postadres
Postbus 31071
6503 CB Nijmegen

T 024 - 322 82 64
info@waalboog.nl
www.waalboog.nl

