



Nieuwsbrief april 2019

Inhoud:

- Mei maand - Rick maand
- Biketour 2019 'Samen bewegen, samen beleven!'
- Column Juan Gonzalez: Dromen, wensen en idealen
- Wegwijzer staat in de tuin
- Bijzonderheden

Mei maand - Rick maand

Frank en zijn gevolg naar de Vogezen voor Stichting Rick!

Op 18 mei tijdens de Biketour zal Frank van Casteren uitgezwaard worden!

Hij fietst samen met Maria Simons, Annick en Yvonne Petit.

Een hele prestatie, aangezien Frank een wiel extra te verzetten heeft ten opzichte van zijn reisgenoten.

Het netwerk van Frank en Yvonne zal aangespoord worden om Frank zijn doel, zoveel mogelijk sponsorgeld te verkrijgen voor Stichting Rick, te bereiken.

Zo kan Stichting Rick de fietsen onderhouden en eventueel vervangen om mensen onbegrensd lekker de wind door de haren te laten voelen. Al fietsend kan er zo genoten blijven worden van de fantastische omgeving van Oisterwijk. Frank geeft het goede voorbeeld door zelf te laten zien dat hij de grens over gaat door met zijn "trike" op weg te gaan vanuit Nederland, via België, Luxemburg en Duitsland naar Frankrijk.

Wil je Stichting Rick sponsoren via Frank en zijn gevolg, dan kan dat door een donatie op NL10 RABO 0154 0578 94 ten name van Stichting Rick, o.v.v. Naar de Vogezen voor Stichting Rick.

Uitnodiging!

Op woensdag 1 mei aanstaande wordt er een training gegeven aan vrijwilligers en medewerkers met als onderwerp: efficiënter omgaan met het fietsen. Wil je hieraan deelnemen? Stuur een mailtje naar jellevandeneelzen@wyzorg.nl

Poets till you drop!

Om de fietsen weer klaar te maken voor verschillende fietstochten en de Biketour, kunnen ze weer een schoonmaakbeurt gebruiken! Laten we dit samen op 13 mei, realiseren door de handen uit de mouwen te steken en de fietsen weer een frisse look te geven.

Stichting Rick: in's and out's

Altijd al meer willen weten over Stichting Rick, de achtergrond en het ontstaan? Luister dan op 10 mei naar de presentatie over dit mooie doel. Deze presentatie wordt gegeven door Wil Huijbregts en Mari Brok.

D'n heilige eik

Om de fietstocht wat meer betekenis te geven, willen we op de vrijdag 3 en maandag 6 mei een tocht maken naar d'n heilige eik. Er gaat een verhaal rond over de legende Heilige Eik, De heks van de Crolse brug, dit klinkt toch wel erg spannend! Kom hier meer over te weten en fiets mee!



Biketour 2019 "Samen bewegen samen beleven!"

Het is bijna zover! Op zaterdag 18 mei verzorgt Sport- en Zorgatelier Oisterwijk de Biketour 2019. Niet alleen tweewielers, driewielers, handbikes en scootmobielers zijn welkom op dit evenement, maar ook wandelaars. Iedereen kan meedoen. *Samen bewegen samen beleven!* is ons motto voor die dag en dat willen we graag uitstralen. Het maakt niet uit of je een beperking hebt, jong of oud bent of nog nooit hebt meegedaan. Neem familie en vrienden mee en beleef deze dag met ons in het typische Brabantse landschap waar de natuur onze vriend is. Natuurlijk kan op één van de terrassen een bakje koffie gedronken worden of een rustpauze worden ingelast. Sport- en Zorgatelier Oisterwijk zorgt voor een goodiebag met lunchpakket en een prachtige route die je langs mooie riviertjes brengt, bossen, heide, zandverstuivingen en pittoreske dorpen.

Wat deze dag uniek maakt is dat naast begeleiders en vrijwilligers ook bezoekers van Sport- en Zorgatelier Oisterwijk actief betrokken zijn bij de

organisatie. Denk aan de catering, de communicatie, logistiek en sponsoring.

Iedere deelnemer sponsort met zijn deelname Stichting Rick (www.stichting-rick.nl). Deze stichting zorgt er voor dat iedereen met een beperking kan fietsen. Zij leveren op deze dag duofietsen en rolstoelfietsen. Wil je hier gebruik van maken, neem dan zo snel mogelijk contact op metjellevandanelzen@wyzorg.nl of bel even naar 06-42059520. Een donatie aan Stichting Rick is natuurlijk niet verplicht maar van harte welkom (NL41RABO0133453081 o.v.v. uw naam). Bedankt alvast!

Speciaal om het belang van deze dag te onderstrepen vertrekken Yvonne Petit (fysiotherapeut bij Sport- en Zorgatelier Oisterwijk) en Frank van Casteren (ervaringsdeskundige in NAH / vrijwilliger bij Sport- en Zorgatelier Oisterwijk) op 20 mei naar de Vogezen. Per fiets wel te verstaan! Tijdens deze extreme tocht van 700 km doen zij ook de berg Le Grand Ballon aan. Met deze actie hopen zij ook zoveel mogelijk gelden binnen te halen voor Stichting Rick. Succes Yvonne en Frank!

Praktische informatie betreffende de Biketour:

- Datum Biketour: zaterdag 18 mei 2019
- Inschrijven: 10.00 uur
- Start: vanaf 10.30 uur
- Tochten fietsers: 30, 35 , 50 en 67 km
- Tochten wandelaars: 3, 6 en 11km
- Kosten p.p. € 10,- vooraf inschrijven via www.wyzorg.nl/biketour-2019
- Locatie: Sport- en Zorgatelier Oisterwijk. Le sage ten broekstraat 2, Oisterwijk.
- Contactpersoon: jellevandanelzen@wyzorg.nl, 06-42059520

Samen maken we deze dag tot een succes! Veel plezier allemaal!

Dromen, wensen en idealen

Vogeltjes fluiten, bomen zitten vol knoppen en de eerste zonnestralen verwarmen het aardoppervlak. De pollen hangen in de lucht, net als het voorjaar. Hier is niets waarneembaar wat lijkt op een klimaatcrisis. Op deze vroege maar prachtige morgen wordt de serene rust bruuft verstoord door een groep fanatieke wielrenners.

"Pááltje!", roep de ploegleider. Behendig wordt dit obstakel genomen. Het lijkt of een groep woedende horzels op mij afkomt. Van schrik wijk ik uit naar de berm. Op mijn driewieler wacht ik tot het peloton racemonsters voorbij is. Als ik geen beperking zou hebben deed ik wellicht mee, droom ik. Een combinatie van uithoudingsvermogen, tactiek en jawel inzicht, maakt deze sport aantrekkelijk, vermoed ik. De droom wordt ernstig verstoord als ik geproest, gesnuif en gehoest hoor. Rochels, afgewisseld door fluimen en snottebellen, vinden hun weg naar de straat of in het gras langs de berm. Hoort er allemaal bij. Even snel als zij gekomen zijn, zijn ze ook weer weg...

De rust is wedergekeerd. De tocht gaat verder. Ik geniet van de rust totdat ik een meisje, een jonge vrouw, zie joggen. Mijn hart slaat een keer over. Perfectie bestaat, denk ik. Mijn tong schuurt over het asfalt. Zij rent voor mij uit en haar lange blonde paardenstaart beweegt sierlijk op de cadans van haar looppas. In slow-motion! Haar beweging is soepel en straalt vitaliteit uit. De romanticus in mij slaat aan het dichten. "Oh schone jonkvrouwe..." Verder kom ik niet. Ietsjes, ietsjes langer dan normaal blijf ik achter haar fietsen. Echt, het is maar ietsje... Dan besluit ik in te halen. "Dag meneer", zegt de jonkvrouw vrolijk. Zei ze nou "meneer?", denk ik bij mijzelf? Zie ik er dan zo oud uit? Geen stoere prins op het witte paard dus. En ik draag nog wel een helm. Fluorescerend, dat dan weer wel. "Daag", zeg ik quasi nonchalant. Een beetje chagrijnig fiets ik verder. Nog één keer kijk ik in de spiegel van mijn fiets. Perfectie bestaat, droom ik.

De wereld om ons heen, de werkelijkheid zoals je wilt, nemen we waar via onze zintuigen. Middels allerlei ingewikkelde processen geven we betekenis aan de wereld om ons heen. Het brein speelt hierin een belangrijke rol. Laat-ie bij ons nou net beschadigd zijn. Dat wil niet zeggen dat mensen met een beperking

niet kunnen dromen, lachen of gek kunnen doen; dat zij geen wensen, behoeften of hoop zouden hebben. Ik weet dat er mensen zijn die vinden dat wij niet mogen lachen o.i.d. We zijn tenslotte 'gehandicapt' wat zoiets betekent als zielig, serieus, achterlijk of erger, gevoelloos. Gevoelens zijn raar en kunnen we maar beter wegstoppen, is het idee. Wat je niet ziet bestaat immers niet. Gelukkig denkt niet iedereen zo. Neemt niet weg dat wat mij betreft wensen, dromen en idealen ook bij ons leven horen. Natuurlijk wil ik het beste voor de mensheid. Maar op "NAH-niveau" zou ik heel even willen rennen of weer gitaar spelen of even zonder pijn door het leven gaan, of... Wellicht een illusie maar wel een droom...

Juan Gonzalez (april 2019)

Wegwijzer

De wegwijzer is af en heeft een mooi plekje in de tuin gekregen. De bezoekers hebben hard aan deze creatieve creatie gewerkt. Op de wegwijzer staan vier panelen die je wijzen naar het terras, het sportveld, de kruidentuin en de ingang. Tegenwoordig zijn we vaker met houtbewerken bezig, dit doen we op vrijdag! Heb je hier ook zin in? Vraag bij de begeleiding om informatie. (foto: Theo showt trots de wegwijzer).



Bijzonderheden

Oisterwijk aan tafel

Graag nodigen we je uit voor Oisterwijk aan tafel, dat wordt gehouden op zondag 19 mei van 12:00 tot 15:00 op de Kop van de Lind.

Hierbij wordt vanuit Ronde Tafel Oisterwijk, in samenwerking met Stichting Sociaal Huis en Intents Festival een uitgebreide brunch aangeboden met diverse lekkernijen. Er komen enkele artiesten en iedereen krijgt een leuk presentje mee naar huis. Aanmelden kan via info@sociaalhuisoisterwijk.nl

Onderzoek Jessey de Jong

In opdracht van Fontys Sporthogeschool en Sport- en Zorgatelier Oisterwijk brengt Jessey de Jong (stagiaire) het voedings- en activiteitenpatroon van Bezoekers met een CVA in kaart. Hij heeft hierbij uw hulp nodig. Indien je belangstelling hebt worden er in de week van 13 mei een drietal metingen uitgevoerd; gewicht en lengte, activiteitenpatroon (Active8) en een observatie. Houd er rekening mee dat u aankomende wordt gevraagd middels een informatiebrief.

Nieuwe serie indoor golfclinics in mei en juni

Wanneer: woensdag en donderdag van 15.00-16.00 u.

Waar: oefenzaal Sport- en Zorgatelier Oisterwijk

Na het succes van de golfclinics van afgelopen jaren organiseert Sport- en Zorgatelier Oisterwijk ook dit jaar een serie indoor golfclinics.

Door de aanpassingen, het gebruik van speciale golfclubs, hulpmiddelen en met de nodige begeleiding, is de golfsport ook voor mensen met een hersenbeschadiging (NAH) erg toegankelijk.

Dit jaar focussen we op een 'extra' aspect, namelijk uithoudingsvermogen. We verwachten van de deelnemers die voornemens zijn met ons in de zomer naar Dongen af te reizen, dat ze naast het oefenen van de slag ook aan hun uithoudingsvermogen voor op de baan werken. Dit kan onder begeleiding van de sportkundige van Sport- en Zorgatelier Oisterwijk. We stellen met ieder die

gaat deelnemen een persoonlijk doel en bepalen daarbij het te volgen traject.

Recreatief: Je focust op het ervaren en ontdekken van de slag en gaat uiteindelijk verder in URBAN golf. Creatief aan de slag met golf.

Competitief: Je werkt toe naar het lopen van een zes holes par 3 baan op de outdoor locatie van golfcentrum Dongen.

Sport- en Zorgatelier Oisterwijk organiseert met ondersteuning van de gemeente Oisterwijk in totaal achttien indoor golfclinics.

De golfclinics vinden plaats op woensdag- en donderdagmiddag van 15.00-16.00 uur. Interesse in dit initiatief, als deelnemer of als vrijwilliger? Neem contact op met jellevandanelzen@wyzorg.nl of 06-42059520.

