

Sport- en Zorgatelier Oisterwijk
Maatwerk begeleiding, Fysiotherapie en WY-Bewegen!

Nieuwsbrief

Editie: januari 2018



Het is donderdagmiddag 25 januari, het wekelijkse zwemuurtje zit er weer op. Iedereen heeft zijn uiterste best gedaan en de zwemmers komen nog even bijeen voor een leuke groepsfoto. Ondanks de vermoeidheid straalt het enthousiasme, plezier en het voldane gevoel ervan af. "Ik kijk er altijd erg naar uit, ik ben graag in het water, dit is na mijn NAH niet veranderd. Het biedt plezier en vooral ontspanning", aldus Irma (één van de deelnemers).

Voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH) is het niet gemakkelijk om een goede en veilige zwemplek te vinden. Het ontbreken van deskundige begeleiding, een goede toegankelijkheid van het zwembad en teveel prikkels zijn factoren die ertoe leiden dat mensen met NAH niet zwemmen. Sport- en Zorgatelier Oisterwijk en Optisport zwembad de Leye brengen daar – in samenwerking met de Edwin van der Sar Foundation en de gemeente Oisterwijk – verandering in. Door de financiële steun is het mogelijk de lessen betaalbaar te houden. Daarnaast ervaren we inmiddels al enkele weken hoe fijn de nieuwe zwembad-rolstoel is die de Edwin van der Sar Foundation ons heeft geschonken (zie foto).

Elke donderdag, m.u.v. schoolvakanties, is het bad open van 13.15 tot 15.15 uur. In die tijd zijn er twee groepen van elk een klein uur. We starten altijd een gratis proefles. Bevalt het? Dan kun je een abonnement aanschaffen en ben je van harte welkom om elke week te komen zwemmen. Je hebt geen CIZ of WMO indicatie nodig om mee te doen.

Meer weten over de Edwin van der Sar foundation?
Kijk op www.edwinvandersarfoundation.org



Een seconde.

Wat mij het meest verbaast is het feit dat één seconde genoeg kan zijn om je leven op z'n kop te zetten. Eén seconde!

Zoals zovelen die beperkt zijn met NAH staat het leven even stil als je getroffen wordt door een CVA. Ik was in Zuid-Spanje toen ik een hersenbloeding kreeg. Een paar uur eerder reed ik nog auto, ben ik wat gaan vissen en heb ik gewandeld door prachtige en verlaten heuvels en bergen.

Nu rijd ik op dezelfde weg naar het ziekenhuis. Met een ambulance, op een brancard en gillende sirenes. Soms bij kennis, soms bewusteloos. Op 8 december 2014, klokslag 22.00 uur, zakte ik letterlijk door mijn benen. Deze avond vergeet ik nooit meer. Van het ene op het andere moment kon ik niks meer behalve een beetje roepen om hulp. Een buurvrouw heeft mij gevonden op een ijskoude vloer, meer dood dan levend en 112 gebeld.

In het ziekenhuis is een CT-scan gemaakt waaruit bleek dat het inderdaad om een zware hersenbloeding ging. Mijn vrouw en broer zijn zo snel mogelijk naar Spanje afgereisd om mij bij te staan en de repatriëring naar Nederland te regelen. Ik was daar alleen en kon werkelijk niks meer. Na 2 weken in een Spaans ziekenhuis te hebben gelegen ben ik naar Nederland vervoerd. Eerst van Malaga naar Düsseldorf en daarna per ambulance naar het Elisabeth Ziekenhuis. Gelukkig zijn we tijdens de reis prima begeleid door een verpleegkundige van SOS-International.

Na 4 weken ziekenhuis en 7 weken Damast kon de revalidatie in het Leijpark beginnen. Bijna iedere bezoeker van het Sport- en Zorgatelier weet wat dat betekent: topsport om een glimp van hetgeen je voor de CVA allemaal kon, terug te krijgen. In mijn geval heb ik zo'n 30 weken gerevalideerd, zowel klinisch als poliklinisch. Vraag niet hoe, maar na veel oefening kan ik zelfstandig de trap op, naar het toilet, mijzelf douchen en aan- en uitkleden.

Nu breng ik de dagen door met schilderen, fietsen of (digitale) kranten lezen. Alles moet linkshandig omdat rechts nauwelijks functioneert. Ik zit in een bestuur die fondsen werft voor onderzoek speciaal gericht op mensen die getroffen zijn door een CVA. Daar horen lezingen bij, netwerken en je op de hoogte laten stellen van de nieuwste innovaties op het gebied van herstel na hersenletsel. Laat ik ook vooral niet vergeten dat ik 2 dagen naar het Sport- en zorgatelier ga om te bewegen, met lotgenoten te ouwenelen en fysiotherapie te hebben.

Belangrijker vind ik dat jouw verhaal een gezicht krijgt en gehoord wordt. Wat heb je allemaal meegemaakt? Wat zijn je successen, je tegenslagen? Ben je veranderd sinds je beperking? Hoe ga je om met je beperking?

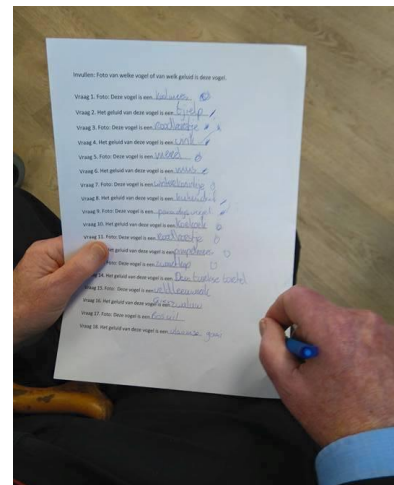
Ik ben oprecht benieuwd en lever daar graag deze ruimte voor in.

Warme groet, Juan Gonzalez (januari 2018).

Ook in de wintermaanden zitten WY niet stil...

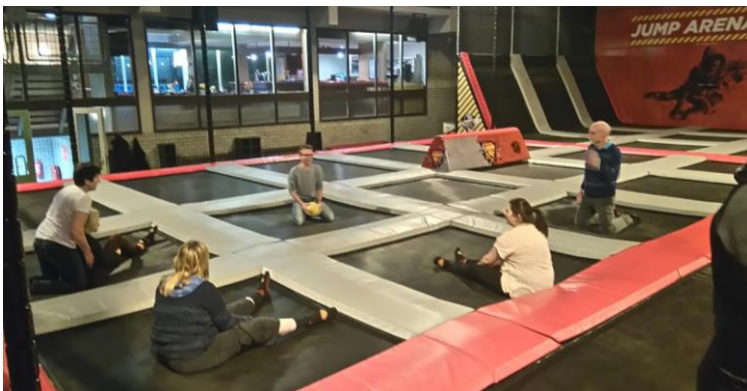


"Wij rikken met hartentroef en klaveren aas", klinkt het. Gezellig zo'n middagje 'ouderwets' rikken. Ook Sjoelen, pesten, mens-erger-je-niet en biljarten deze middag.



(afbeelding boven: *antwoord koolmees*)

Welke vogel zie je hier? En, na het horen van een geluid, "welke vogel maakt dit typische geluid, als je luistert met een beetje fantasie roept hij zijn naam?" Op 16, 17 en 22 januari deden bezoekers mee met een quiz! Met dank aan de Vogelwerkgroep Oosterwijk.



Geslaagde clinic's bij JumpXL trampolinepark Oosterwijk!



Bedrijfsbezoek BASIQ DENTAL (tandheelkundige materialen) op 29 januari.

Bijzonderheden

Medewerkers van Sport- en Zorgatelier Oisterwijk werkten dinsdag 18 januari samen aan kwaliteit tijdens een 'Brown Paper' sessie. Een interactieve sessie. Op een groot stuk papier wordt het proces (dagbesteding) in beeld gebracht. Hierdoor wordt voor iedereen duidelijk uit welke stappen het bestaat, wat de benodigheden zijn en wie er bij betrokken is.



Nikki de Hond start in februari met haar werkzaamheden als fysiotherapeut bij Sport- en Zorgatelier Oisterwijk. Sommige bezoekers kennen Nikki al van haar werkzaamheden op revalidatiecentrum locatie Leijpark en/of locatie Blixembosch. WY wensen Nikki veel succes en plezier!



Vanaf 7 februari starten Laura de Bie en Dayenne van Leeuwen met hun stage bij Sport- en Zorgatelier Oisterwijk. WY wensen beide dames veel succes en plezier.

De komende weken staat de Alinker (loopfiets) bij Sport- en Zorgatelier Oisterwijk. Wil jij hem uitproberen? Dit kan natuurlijk. Neem contact op met: jelle.vandeneizen@wyzorg.nl of bel 06-42059520.



In 2018 zijn WY het hele jaar geopend, behalve op de feestdagen. Bekijk en like onze facebookpagina [Facebook](#)

Le Sage ten Broekstraat 2
5062 CT Oisterwijk
info@wyzorg.nl

06-20664189 (Willy)
06-51328803 (Yvonne)
06-42059520 (Jelle)