

MEE IJsseloevers

meedoen mogelijk maken

Sámen brengen we mensen met een beperking in beweging

We zijn op zoek naar mensen die ondersteuning kunnen gebruiken bij het vinden van een passende sport- of beweegactiviteit

Wekelijks sporten in Nederland ruim 9,4 miljoen mensen. Dat is mooi, want sporten en bewegen is goed voor je gezondheid, je sociale contacten en je welzijn. Sporten en bewegen zorgt dus voor meer kwaliteit van leven.

MEE in Beweging voor mensen met een beperking

Helaas is voor mensen met een beperking de drempel om te kunnen sporten of bewegen vaak te hoog. Ze hebben baat bij de juiste individuele ondersteuning en toeleiding naar een passende sport- of beweegactiviteit. MEE zet zich hiervoor in*. We willen met MEE in Beweging mensen met een beperking motiveren om in beweging te komen en samen met de cliënt onderzoeken hoe eventuele drempels verkleind of weggenomen zouden kunnen worden.

Individueel maatwerk is de sleutel

We gaan graag in gesprek met mensen met een beperking. We motiveren en ondersteunen hen bij het vinden van passende mogelijkheden om te gaan sporten of bewegen in de buurt. We kijken wat iemand leuk vindt en kan, en zoeken daar een passende activiteit bij. Het kan daarbij zowel gaan om een georganiseerde sportactiviteit bij een sportclub of vereniging als een informele beweegactiviteit in een groepje of zelfstandig, zoals bijvoorbeeld wandelen of fietsen.

Integrale aanpak

Samen met de cliënt stellen we een persoonlijk plan op. Hierin worden de afspraken vastgelegd om de sport- of beweegactiviteit die de cliënt graag wil doen mogelijk te maken. Ook wordt hierin opgenomen wat de cliënt zelf (samen met zijn of haar eigen netwerk) kan doen en regelen. Daarnaast hebben we oog voor waar (nog) uitdagingen en drempels voor de cliënt liggen en hoe we daar samen en/of met anderen aan zouden kunnen werken.

Is er meer nodig om lekker te sporten of te bewegen, dan bieden we ondersteuning bij het regelen daarvan. Denk bijvoorbeeld aan extra begeleiding, aanpassingen, hulpmiddelen of het onderzoeken van mogelijke financiële regelingen om tot een passende sport- of beweegactiviteit te kunnen komen. Ook kunnen we vrijwilligers, ervaringsdeskundigen of professionals aanhaken die kunnen ondersteunen in het traject. Alles met als doel om zoveel mogelijk mensen met een beperking in beweging te krijgen.

Deelnemers gezocht

Dit jaar willen we graag nog minimaal 100 mensen met een beperking in beweging krijgen. Deelname aan het traject MEE in Beweging is gratis. Ken jij iemand die baat kan hebben bij zo'n traject? Laat het ons weten. Want we willen graag samen met jou meer mogelijk maken voor mensen met een beperking.

Aanmelden is mogelijk door te bellen met 088 633 0 633 of een e-mail te sturen naar info@meeijsseloevers.nl

* We zijn ook medeondertekenaar van het Nationaal Sportakkoord.

T 088 633 0 633 E info@meeijsseloevers.nl I www.mee-ijsseloevers.nl