

Sportief met Spierziekte



Sport en bewegen
voor iedereen met een spierziekte

Sportief met Spierziekte

Iedereen moet kunnen sporten en bewegen. Voor mensen met een spierziekte is dit niet altijd vanzelfsprekend. Het vinden van een sport of leren hoe je energie kunt verdelen tijdens de training kan lastig(er) zijn. Sportief met Spierziekte zet zich in om sport en bewegen voor iedereen mogelijk te maken, in de eigen omgeving en onder deskundige begeleiding.

Wat is Sportief met Spierziekte?

Sportief met Spierziekte is een programma in ontwikkeling en heeft als doel de sportparticipatie onder mensen met een spierziekte te vergroten. Een trainer met voldoende deskundigheid is heel belangrijk. Onderzoek toont aan dat er weinig kennis is over sporten en bewegen met een spierziekte bij professionals, verenigingen als (potentiële) sporters zelf. Daar wil Sportief met Spierziekte samen met partijen die expertise hebben over spierziekten en/of sport wat aan doen!

Sporters

- **Multisportdagen** - Gratis kennis maken met verschillende sporten en helpen bij het vinden van een vereniging.
- **Ontwikkelen van kennistools** - Tipkaart(en) over het sporten met een spierziekte.

Professionals, sportaanbieders en verenigingen

- **E-learning** - Een online opleiding over het begeleiden en trainen van iedereen met een spierziekte.
- **Samenwerken** - Een kennisnetwerk ontwikkelen met partijen uit de sport en partijen met kennis over spierziekten, waar ervaringen en ideeën over sporten en bewegen met een spierziekte worden gedeeld.

Wilt u met ons samenwerken om sporten en bewegen voor mensen met een spierziekte mogelijk te maken? Gebruik de onderstaande link voor meer informatie of mail naar n.heidema@gehandicaptensport.nl.



www.gehandicaptensport.nl/sportief-met-spierziekte

