

# NIEUWSBRIEF AANGEPAST SPORTEN

december 2013



## GEZELLIGE KERSTDAGEN

## ACTIEF EN SPORTIEF 2014

Bij een jaarwisseling hoort ook een korte terugblik.

Het afgelopen jaar is positief verlopen! Maar liefst 16 verenigingen zijn (opnieuw) gestart of oriënteren zich op het starten van het aanbod aangepast sporten. We mogen terugkijken op een Fantastic Gymnastics Day in Almelo, activiteiten in Den Bosch tijdens het IAG Event, de DOE dag in 't Harde, vele sportactiviteiten in de regio, een geslaagde try out voor de Special Olympics in Heerenveen en goede samenwerking met diverse organisaties waaronder GymPower, MEE, Provinciale sportraden.

De Special Olympics brengen ons bij het komende jaar. Er wordt hard getraind op de oefenstof en de S.O. zullen zeker weer voor velen een bron van inspiratie zijn om ook te starten met aangepast sporten!

### VERENIGINGEN AAN HET WOORD



TuMo Moordrecht met dank aan Diana Alblas

Afgelopen periode zijn diverse verenigingen gestart met een uur aangepast sporten.

Eén van die verenigingen is TuMo Moordrecht en zij laten ons meegenieten:

*De G-Gym groep is na de zomervakantie gestart.*

*Aanleiding hiervoor was eigenlijk dat de gemeente de Zuidplas (Nieuwerkerk a/d IJssel, Moordrecht, Zevenhuizen en Moerkapelle) voor de zomervakantie een sportmiddag organiseerde voor G-sporters. En er was aan mij gevraagd of ik ook wat wilde doen op gymnastiek gebied. Dat heb ik gedaan, en het was echt super leuk.*

*Zelf werk ik naast het gymles geven met verstandelijk gehandicapten van zeer laag niveau.*

*Ik geef al ongeveer 30 jaar gymles en regelmatig heb ik er over gedacht G-gym te gaan geven. Die sportdag gaf de doorslag "ja, ik ga het proberen".*

*In Moordrecht zijn best veel huizen waar verstandelijk beperkten wonen. Van te voren heb ik aan de eigenaar van het Thomashuis, Ruurd Visser, gevraagd of er interesse zou zijn in gym en zo ja, op welk tijdstip dat dan geschikt zou zijn. Ruurd is dan ook mijn vaste hulp en ook Julia Kuiper helpt tijdens het uur*

met de G -Groep. Knap om als 14 jarige te helpen met G-Gymers.

De groep is inmiddels uitgegroeid naar 17 deelnemers. Met hulp is dit net te doen. De leeftijd is vanaf 14 jaar. Vanuit de gemeente is er veel steun op het gebied van promotie.

We beginnen de les vaak met bewegen op muziek. Dit wordt door iedereen als erg leuk ervaren. Allemaal op hun eigen manier doen ze de bewegingen na met een grote lach op hun gezicht.

Daarna wordt er vaak iets klassikaal gedaan bijv. tumblingbaan, voortbewegen over de lange mat, om pionnen rennen, iets waar iedereen tegelijk actief bezig is. Daarna maak ik kleine groepjes en wordt er bijv. over een hobbelbaan gelopen, trampoline gesprongen, over de balk/bank gegaan, aan de ringen gezwaaid. Het is echt gaaf om te zien dat ze bijv. na 2 keer met hulp, zelf ergens vanaf durven te springen. Of zelf een rol maken. Een fysiotherapeut kon al merken dat een deelnemer na 2 lessen minder stijf was.

Tot slot altijd weer iets gezamenlijk zoals bijv. met een bal naar elkaar overgooien, met de parachute. Wij hebben ook een hele grote parachute, die vinden ze echt geweldig.

Het is echt super leuk om te doen. De meeste vinden het uurtje sporten een uitje. Een groter compliment kun je niet krijgen.

Diana Alblas, TuMo Moordrecht

### Ondersteuning voor en door de verenigingen!

Ondersteuning vanuit de KNGU aan verenigingen die een aangepast sportuur beginnen, is mogelijk dankzij de opbrengst van gymnastiekverenigingen voor de collecte van het Fonds Gehandicaptensport.

*25%-regeling voor uw vereniging*

Fonds Gehandicaptensport kent een bonusregeling waarbij verenigingen die meewerken aan de collecte een percentage van de opbrengst van deze collecte mogen behouden. Als uw vereniging het aanbod aangepast sporten in haar lesaanbod heeft, mag er 25% van de opbrengst voor de vereniging gehouden worden. Indien uw vereniging (nog) geen aanbod heeft voor sporters met een handicap, mag uw vereniging 15% van de opbrengst behouden. Dit kan toch snel een leuk bedrag opleveren.

Van het totaalbedrag dat door de verenigingen, die bij de KNGU aangesloten zijn, opgehaald wordt, ontvangt de commissie aangepast sporten 25%. Hiervan worden binnen de KNGU alle activiteiten voor aangepast sporten mogelijk gemaakt!

Een stukje statistiek:

In 2013 is door 16 gymnastiekverenigingen met 363 collectanten € 18.000 opgehaald.

Het hoogste bedrag werd opgehaald door: Gymnet Purmerend, maar liefst € 3.484,75 **Fantastisch!**

Helaas hebben 19 verenigingen zich het afgelopen jaar afgemeld, we hopen dat zij er komend jaar weer bij zijn!

De collecteweek van het Fonds Gehandicaptensport is van 30 maart tot en met 5 april 2014.

Meldt u aan! De sporters hebben u hard nodig!

### Gymnastiek Evenement sterke try-out voor nationale spelen 2014



Foto's: Per Me Gonny van Duinen

<https://plus.google.com/109325526033896255608/posts/GtrLikzzE49>



In Heerenveen en Sneek zijn van 13 tot en met 15 juni 2014 de Special Olympics Nationale Spelen (SONS 2014). Als try-out vormde begin november Sportstad Heerenveen het decor voor het SO Nationale Gymnastiek Evenement. In totaal waren er 34 sporters actief van de verenigingen AGIOS (Vaassen), ASC Gym & Dance (Dalftsien), Sparta (Zwolle) en NOVITAS (Apeldoorn).

Tijdens dit toernooi stond het plezier voorop. De sporters konden op hun eigen niveau uitkomen op verschillende onderdelen. Dat gebeurde voor de eerste keer met het hanteren van de nieuwe oefenstof.

De wedstrijd vond plaats in een ruime sporthal. Daarin wordt ook volgend jaar geturnd. Tijdens de openingsceremonie mocht Adriaan samen met de burgemeester de vlag hijsen en Jan de eed afleggen voor de sporters. Dat deed hij zelfs uit zijn hoofd. Eefje kreeg een boek uitgereikt, waarop zij met een grote foto de omslag siert. Mascotte Kees Konijn liep geregeld rond en iedereen mocht met hem op de foto. In de kantine waren opnamen te zien, die gedurende de dag waren genomen.

Het was een topdag, compleet met openingsceremonie, atletenparade, twee wedstrijden op één dag, een vlotte prijsuitreiking en een sluitingsceremonie met het gezamenlijk uitblazen van de Olympische vlam. Er was veel lof voor de leden van de organisatie, de vrijwilligers en de werkgroep Noord voor de ondersteuning.

Op naar de Nationale Spelen in juni 2014! We verwachten dat daar rond de 100 turn(st)ers zullen deelnemen en dat er vele fans naar toe zullen komen om ons aan te moedigen!

### Inschrijfperiode Special Olympics Nationale Spelen 2014 opgeschoven!

Door een technische storing is de inschrijfperiode voor de Special Olympics Nationale Spelen 2014 in Fryslân twee weken opgeschoven. De nieuwe inschrijfperiode is van 16 december t/m 16 februari 2014.

Van 13 t/m 15 juni 2014 is Friesland gastheer van het grootste landelijke sportevenement voor mensen met een verstandelijke handicap organiseren: de Special Olympics Nationale Spelen. De voorbereidingen zijn in volle gang en het belooft een groots sportfeest te worden voor de ca. 2.000 deelnemers, de coaches/begeleiders, toeschouwers en de vele vrijwilligers.

Kijk voor meer informatie op: [www.specialolympics.nl](http://www.specialolympics.nl)

### DOE dag in 't Harde



In het sportcomplex van de Tonnetkazerne in 't Harde werden zo'n 30 kinderen uit de omgeving ontvangen voor een actieve DOE dag met dans, tennis, trampoline en heel spannend: een heuse klimwand van pakweg 8 meter hoog. Natuurlijk trok deze activiteit veel aandacht, het was spannend, eng, uitdagend, "durf ik wel, durf ik niet"... en geweldig begeleid door twee sterke mannen.

De meeste deelnemers en deelneemsters waren heel stoer, zij durfden tot boven in de klimwand te klimmen! Natuurlijk was er tijd om tussendoor op adem te komen, lekker buiten in het zonnetje, wat te drinken en een hapje te eten. Naast het klimmen werd er getennist, voor degenen die de smaak te pakken hadden met ballenautomaat, ja en dan komen die ballen wel heel snel, daarna nog een keer allemaal samen dé dans en afsluiten met trampolinespringen voor wie nog energie genoeg had.

Een fantastische dag waarvan kinderen en begeleiding ontzettend genoten hebben!

## Monitor (On)beperkt sportief: Aandacht nog steeds hard nodig!



Gehandicaptensport in Nederland: infrastructuur verbeterd, deelname blijft achter.

Een aantal belangrijke algemene uitkomsten uit het rapport: De afgelopen jaren is veel vooruitgang geboekt in het realiseren van een infrastructuur voor het sporten en bewegen van mensen met een handicap. Ook is voor een aantal doelgroepen een voorzichtige toename zichtbaar in het aantal mensen dat deelneemt aan sport en bewegen. Ten opzichte van mensen zonder handicap blijft de sport- en beweegdeelname van mensen met een handicap nog steeds achter. Het in eerder onderzoek geconstateerde verschil blijft bestaan. Die verschillen zijn de afgelopen vijf jaar nauwelijks kleiner geworden. De komende tijd is het dan ook zeer gewenst dat overheden en organisaties blijven investeren in de sport- en beweegdeelname van mensen met een handicap. U kunt de Monitor (On)beperkt Sportief 2013 [bestellen](#) of [downloaden](#).

Special Heroes heeft een nieuw logo!

De website van Uniek Sporten is vernieuwd!!!

<http://www.unieksporten.nl/>



Een Prokkel is een prikkelende ontmoeting tussen iemand met een verstandelijke beperking én iemand zonder. Iedereen kan mee doen en het kan overal plaatsvinden.

In 2014 is de Prokkelweek van **maandag 2 t/m zaterdag 7 juni**.

**fonds** gehandicaptensport  
als één team achter de sporters met een handicap

Op zaterdag 22 februari 2014 wordt voor de 5e maal de KPN Schaatsvriendendag gehouden. Een gezellige dag, speciaal voor iedereen met een handicap en max. 4 schaatsvrienden! Samen met jouw vrienden kun je op deze dag kennismaken met allerlei schaatssporten.

Wil je deze geweldige dag niet missen, meld je dan zo snel mogelijk aan via [www.ikkomschaatsen.nl](http://www.ikkomschaatsen.nl)

## Special Olympics European Games 2014 in Antwerpen



Bunnik, 17 december 2013

Special Olympics heeft 7 verenigingen ingeloot die meegaan naar de European Games in Antwerpen. Van 13 t/m 20 september 2014 strijden ruim 2.000 sporters met een verstandelijke handicap uit 58 landen tegen elkaar tijdens de Special Olympics European Games 2014 in Antwerpen.

Team NL bestaat uit 39 sporters met een verstandelijke beperking die actief zijn in zes sporten: Atletiek, Judo, Tafeltennis, Voetbal, Wielrennen, Zwemmen. Helaas geen gymnastiek!

### Vele handen (aan de computer) maken licht werk...



Dit pas de tweede nieuwsbrief van dit seizoen en dat is niet omdat er geen nieuws is!

Helaas is tijdgebrek hiervan de oorzaak...

Daarom langs deze weg een oproep aan mensen die het leuk vinden met mij samen de nieuwsbrief te verzorgen.



Stuur je reactie naar [info@annemiekecarbo.nl](mailto:info@annemiekecarbo.nl) of bel me even als je meer wilt weten: 0341-351360.

### Opzeggen nieuwsbrief

Dat is natuurlijk erg jammer...

Wilt u bij afmeldingen voor de nieuwsbrief uw organisatie/vereniging/instelling vermelden?

Helaas ontvangen we soms opzeggingen van niet bij ons bekende retour e-mailadressen. Daardoor kan het toch voorkomen dat u deze nieuwsbrief ongewenst ontvangt. Uw reactie ontvangen wij graag opnieuw.

Hartelijk dank voor uw medewerking!

### Kalender

22 febr	Schaatsvriendendag
19-26 april	Nationale Sportweek
28/5-1/6	IAG Event Den Bosch
2-7 juni	Prokkelweek
13-15 juni	Nationale Spelen 2014 in Fryslân
13-20 sept	European Games in Antwerpen

### Volg ons op facebook!

<https://www.facebook.com/GGymGymExtra>

en stuur ons je berichten...

### Voor u gevonden op twitter:



<https://twitter.com/Sportservicesdk>

<https://twitter.com/unieksporten>

<https://twitter.com/specialheroes>

<https://twitter.com/RMDCOnlyFriends>

<https://twitter.com/aangepastsporte>

<https://twitter.com/KLIKredactie>

<https://twitter.com/HandicapEnSport>

<https://twitter.com/Prokkel>

<https://twitter.com/SportFryslan>

<https://twitter.com/MetZorgVakantie>

<https://twitter.com/wijzernet>

<https://twitter.com/InfoAnnemieke>



Voor jullie inzet voor **AANGEPAST SPORTEN!**