

Den Haag beweegt. Beweeg mee!



Sporten met een beperking

Sporten en bewegen is iets dat landelijk volop in de aandacht staat. Regelmatig sporten en bewegen houdt mensen fit en is goed voor sociale contacten.

Voor mensen met een beperking blijkt dat het moeilijker is hun weg te vinden naar een geschikte sport of beweegactiviteit.

De beweegcoach

De beweegcoach is in het leven geroepen om mensen met een beperking te helpen bij het vinden van een passende beweegactiviteit.

De beweegcoach is er om te ondersteunen, begeleiden, stimuleren en voor het wegnemen van drempels.

Daarnaast kan de beweegcoach, in samenwerking met de gemeente Den Haag, ook de sportaanbieders ondersteunen bij het opzetten en/of aanpassen van activiteiten voor mensen met een beperking. Aan ondersteuning door de beweegcoach zijn geen kosten verbonden.

Doelgroep

De beweegcoach is bedoeld voor inwoners van Den Haag met een lichamelijke, verstandelijke, psychische of zintuiglijke beperking, een vorm van autisme of een chronische ziekte.

Hoe werkt het?

U kunt uw sportvraag telefonisch of via een e-mail indienen. Vervolgens gaat de beweegcoach in een persoonlijk gesprek kijken naar uw wensen, (on)mogelijkheden en interesses. Daarna gaat de beweegcoach aan de slag om een passende bewegingsactiviteit te vinden.



Meer weten of aanmelden?

bewegcoach@vtvzhn.nl
070 305 19 19
06 110 320 34

Bezoekadres:
Marie Heinenweg 3
Postadres:
Postbus 43551
2504 AN Den Haag

www.denhaag.nl/gehandicaptensport
www.meezhn.nl
www.stichtingvtv.nl

In samenwerking met:



Bewegcoach

- U heeft een beperking en wilt graag sporten, maar weet niet waar?
- U wilt bij een reguliere vereniging sporten, maar weet niet hoe?
- U heeft al eerder gesport, maar dit was geen succes?
- U wilt een sportactiviteit aanbieden voor mensen met een beperking, maar weet niet waar te beginnen?

Voor al deze en andere vragen op het gebied van sport of beweging kunnen mensen met een beperking en sportverenigingen bij de bewegcoach terecht.

