

Zwemmen voor mensen met NAH

Informatie voor mensen met NAH bij Basalt Den Haag

basalt

“Na mijn revalidatietraject wilde ik gaan sporten. Ik dacht aan zwemmen, maar was bang dat het niet zou gaan lukken bij een gewoon zwembad. Daar zijn meestal geen geschikte aanpassingen aan het zwembad en er zijn veel prikkels aanwezig. ik wilde liever samen met lotgenoten en onder begeleiding van een professional opnieuw vertrouwd raken in het zwembad. Dankzij NAH-zwemmen is dat zeker gelukt!”

Annette, patiënt

Dankzij een bijdrage van de Edwin van der Sar Foundation worden er in het zwembad van Basalt speciale NAH-zwemuren aangeboden. Het zwemmen is geschikt voor het verbeteren en onderhouden van uw kracht en motoriek en komt uw algehele conditie ten goede. Naast het sportief bezig zijn, biedt NAH-zwemmen ook gezelligheid.

Tijdens het zwemmen wordt u begeleid door een ervaren bewegingsagoog. Het uiteindelijke doel is u vol zelfvertrouwen door te laten stromen naar een geschikt regulier zwembad.

Locatie en tijden

Het NAH-zwemmen wordt aangeboden in het verwarmde zwembad van Basalt aan de Vrederustlaan 180 in Den Haag. Er zijn twee zwemgroepen. Iedere zwemgroep bestaat uit maximaal tien deelnemers.

Groep 1: woensdagmiddag van 16.30 tot 17.15 uur
Groep 2: woensdagmiddag van 17.15 tot 18.00 uur.

Kosten

Dankzij de donatie van de Edwin van der Sar Foundation is uw eigen bijdrage voor drie maanden zwemmen € 80,-.

Voorwaarde deelname

- U bent 16 jaar of ouder.
- U kunt veilig zwemmen/bewegen in het water. Zo niet, dan neemt u deel met een buddy (familielid, vriend(in) of een van onze studenten).
- U kunt zich zelfstandig aan- en uitkleden of neemt hier iemand voor mee.
- Het is niet noodzakelijk dat u bij Basalt gerevalideerd heeft.

Meer informatie en aanmelden.

U kunt zich aanmelden via: www.basaltrevalidatie.nl/aanmelden-nah-zwemmen. Na uw aanmelding nemen wij contact met u op. Voor vragen mailt u naar nahzwemmen@basaltrevalidatie.nl.

Edwin van der Sar Foundation

De Edwin van der Sar Foundation realiseert beweegprojecten voor mensen met hersenletsel. Zij werken samen met diverse partijen om de zorg voor mensen met een hersenbeschadiging te verbeteren en ze zetten ‘bewegen’ in als middel om herstel van hersenfuncties en sociaal contact te bevorderen.

