

DRIEMAANDELIJKS TIJDSCHRIFT
JULI - AUGUSTUS - SEPTEMBER 2010

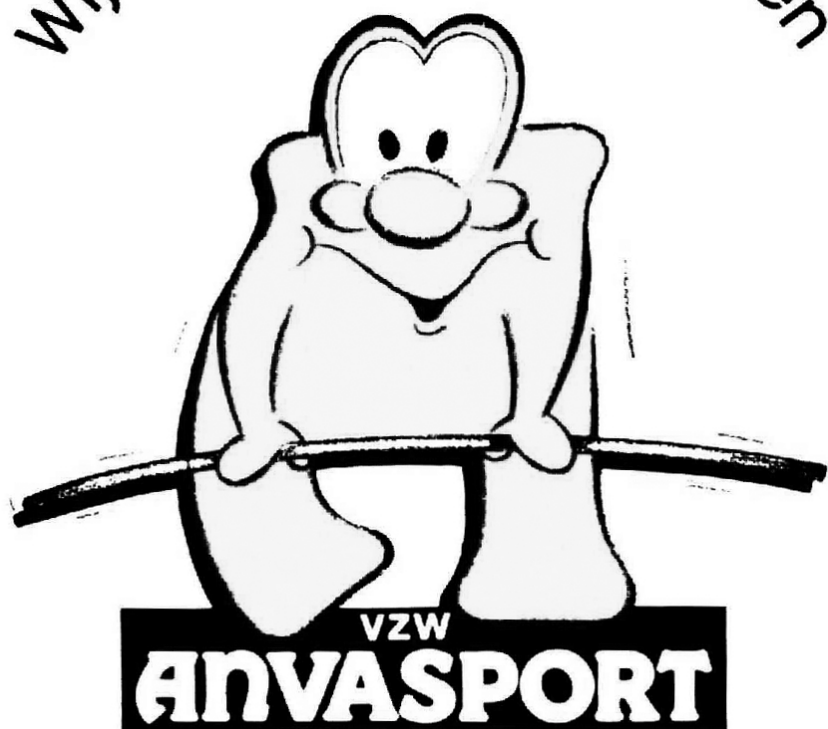
AFGIFTEKANTOOR
9220 Hamme 1
Erkenning: P 206511

België – Belgique

P.B. 3/5735

9220 Hamme 1

Wij verleggen de grenzen



Verantwoordelijk uitgever: P.VAN DE VAERD

Caritasstraat 2a – 9090 MELLE - ☎ 09/252.21.28

www.anvasport.be
info@anvasport.be

Zetel v.z.w. ANVAS-PORT info@anvasport.be	Caritasstraat 2a 9090 Melle	Rek.nr.: 737-4170042-55 Rek. Koning Boudewijnstichting: 000-0000004-04 (aftrekbaar vanaf 30€) Vermelding:L82059 - Anvasport vzw
SPONSORING	Francine Naudts 09/369.28.13 0496/79.48.76	sponsoring@anvasport.be
VOORZITTER		voorzitter@anvasport.be
SECRETARIS + ver- antw.wintersporten	Patrick Van De Vaerd 09/252.21.28 0495/24.99.63	secretaris@anvasport.be
PENNINGMEESTER	Marleen Van Damme 0496/39.39.32	info@anvasport.be
REDACTIE	Niko Van Cauwenberge 0476/61.66.24	redactie@anvasport.be
VERSLAGGEVING	Bert Meuleman 0473/64.12.73	verslaggever@anvasport.be
MEDISCH ADVISEUR	Dr. Wim Verschuere 09/366.38.35 0475/31.38.35	wim.verschuere@telenet.be
UITLEENDIENST		materiaalmeester@anvasport.be
VERANTWOORDELIJKE SPORTACTIVITEITEN		
FIETSTOCHTEN	Tuur De Haeck 054/419121	fietstochten@anvasport.be
OUTDOOR SPOR- TEN	Flori De Greif 0496/72.48.75	outdoorsporten@anvasport.be
WATERSPORTEN	Jean-Pierre Duportail 09/251.40.68 0478/71.01.53	zwemmen@anvasport.be
ZITSKI & SKI- INITIATIES	Lionel Demeulenaere 015/41.50.39 0474/99.65.96	skiinitiatie@anvasport.be
SUBSIDIES	Greet Borgenon 054 /419121 0473 /832938	greet.borgenon@telenet.be
PROVINCIALE ZETELS - ANVASPORT VZW		
ANTWERPEN	Marie-Jeanne Van Ballaer 03 /568 61 38 0477/ 72 39 90	antwerpen@anvasport.be
LIMBURG	Maarten Carmans 0476 /93 72 56 011 /42 57 48	limburg@anvasport.be
OOST-VLAANDEREN	Ronny De Gendt 03 /777.70.11 0475/77.70.11	oost-vlaanderen@anvasport.be
WEST-VLAANDEREN		west-vlaanderen@anvasport.be
DIREKTE MEDEWERKERS: Hilde Glorieux, Christophe Lefebvre, Marijke Vandenbosch, Stef De Moor & Bea Van Cauwenberge, Ann Vanackere		



WOORDJE VAN DE BOSS

Er wordt gezegd "De geschiedenis herhaalt zich", zo ook de activiteiten van Anvasport, met een kleine nuance : er komen er steeds bij en ze volgen steeds korter na elkaar.

Dat ze zo een gevarieerd programma kunnen aanbieden, is dankzij de inzet van onze vrijwilligers. De ene is er praktisch fulltime mee bezig, de andere staat jaarlijks paraat voor een specifiek evenement. Maar allen hebben hetzelfde doel : iemand anders laten kennis maken met een activiteit die hem lichamelijk en geestelijk ten goede komt.

Daarom vind ik het zeker nodig om hier eens een welgemaand "**DANK U WEL**" te zeggen aan iedereen !

Zoals je kunt lezen in de agenda staat er komende maanden weer van alles op het programma. Vergeet ook onze Breughelavond en tombola niet; de opbrengst wordt steeds zeer nuttig gebruikt.

Tot op een activiteit !

Patrick

LE MOT DU BOSS

On dit toujours que l'histoire se répète, les activités d'Anvasport aussi, seulement avec une petite nuance : il y en a de plus en plus, et elles se suivent très rapidement.

De plus, que le choix soit de plus en plus varié est principalement dû à nos volontaires. Certains de nos volontaires en font pratiquement une activité à plein temps, alors que d'autres se préparent uniquement pour l'une ou l'autre activité spécifique annuelle. Mais tous ont le même but : aider quelqu'un à faire connaissance avec une activité lui permettant de s'améliorer physiquement et psychiquement.

Pour cela, je trouve qu'il est nécessaire, via ce petit mot, de dire **MERCI BEAUCOUP** à tous.

Comme vous pouvez le constater dans notre agenda, beaucoup d'activités sont annoncées au programme. N'oubliez pas notre soirée Breughel et la tombola ; les bénéfices seront utilisés à bon escient.

A bientôt à une de nos activités !

Patrick.





AGENDA



17-19/09/2010	Weekend Veerse Meer	Weekend Veerse Meer
25-26/09/2010	Ski weekend Komen	Weekend de ski a Comines
09/10/2010	Ski-initiatie	Initiation de ski
16/10/2010	Eetfestijn	Dinner benefit
23/10/2010	Ski-initiatie	Initiation de ski
06/11/2010	Ski-initiatie	Initiation de ski
20/11/2010	Ski-initiatie	Initiation de ski
04/12/2010	Ski-initiatie	Initiation de ski
21 - 29/01/2011	Ski vakantie	Vacances de ski
29/01 - 05/02/2011	Zitski vakantie beginners	Vacances de ski assis debutants
08 - 16/04/2011	Familie ski vakantie	Vacances de ski famille



**PROVINCIE
ANTWERPEN**



Ski weekend Komen 25-26 september

Anvasport wil iedereen met een fysieke handicap laten kennismaken met het skiën en snowboarden... door gratis initiaties.

Afhankelijk van je handicap zijn er verschillende mogelijkheden. Bij een voet of onderbeenamputatie zullen er waarschijnlijk alleen een aantal specifieke technieken aangeleerd worden om van het skiën of snowboarden te genieten. Indien de handicap omvangrijker wordt, maar men toch kan stappen zal er gebruik gemaakt worden van krukken met skietjes, skirekken en dergelijke. Dit geldt ook voor mensen met een diplegie bijv. De ervaring leert dat iemand die kan stappen (met kruk), ook aangepast staand skiën kan leren.

Rolstoelgebonden personen met een goede rompstabiliteit en armfunctie (ook zonder buikspierfunctie) kunnen leren "monoskiën". Dit is een zitski met een diepe kuip bovenop een enkele ski. Men maakt gebruik van twee krukskis voor evenwicht en stuurfunctie.

Rolstoelgebonden personen met een lagere rompstabiliteit en/of armfunctie kunnen gebruik maken van de biski. Dit is een toestel met een lage zit en twee korte skis. Hiermee is het makkelijker het evenwicht te behouden. Ook hier wordt er veelal zelfstandig geskied met korte krukskis om het evenwicht te behouden en te sturen.

Wanneer er niet zelfstandig geskied kan worden neemt een begeleider het over van u. Er wordt dan geskied in duo. Wij noemen het "funski". Wij leiden personen op die mensen op deze manier willen begeleiden. Zo kan iedereen van de bergen en de sneeuw genieten.



Al deze technieken kan je gratis uitproberen tijdens de initiaties van dit weekend.

Daarnaast is er op zaterdag ook een ganse dag voorzien voor mensen die vrijwillig willen meewerken. Zij kunnen de eerste stappen zetten bij het leren begeleiden van een zitski.

Op zondag nodigen wij U uit op een korte uiteenzetting over de zin van het skiën voor personen met een handicap. De voordracht wordt gegeven door Lionel Demeulenaere, een ervaringsdeskundige.

Ook Natasha Detroyer, belgisch topatleet en vierde op de olympische spelen, zal er zijn samen met twee beloftevolle atleten Elien en Jasper en de sterke zitskister Anita en sommige van haar collega's uit "Over de grens".

Daarna zullen er demonstraties zijn door vele leden van Anvasport.

Voor meer informatie en inschrijven kan je terecht op onze website.



(Vervolg van pagina 5)

te www.anvasport.be

OPGELET: Op de sneeuw piste is het -6 graden

Wil je iets uitproberen dan breng je warme kledij en handschoenen mee.

Je kan ook Lionel Demeulenaere bereiken op 0474996596 indien meer info gewenst is.

Zaterdag 25/09/2010:

09 30 10u00 Inschrijvingen en welkom

10u00 11u30 Uiteenzetting (Lionel) van alle technieken bij aangepast skiën

11u30 12u30 kennismaking met de toestellen en hulpmiddelen van dichtbij door ervaren Anvasporters uiteengezet.

12u00 13u00 lunch

13u00 14u30 initiatie 1 + nieuwe begeleiders praktijk (onder toezicht van ervaren Anvasport monitoren)

15u00 16u30 initiatie 2 + nieuwe begeleiders praktijk

17u00 19u00 kandidaat begeleiders proberen een aantal technieken zelf

Zondag 26/09/2010

10u00 - 11u30 : initiatie

13u30 - 16u00 : initiatie demonstratie van gevorderde zitskiërs

13u30 - 16u00 : ontvangst pers, bekende Vlamingen, info sessie sponsors en service clubs.

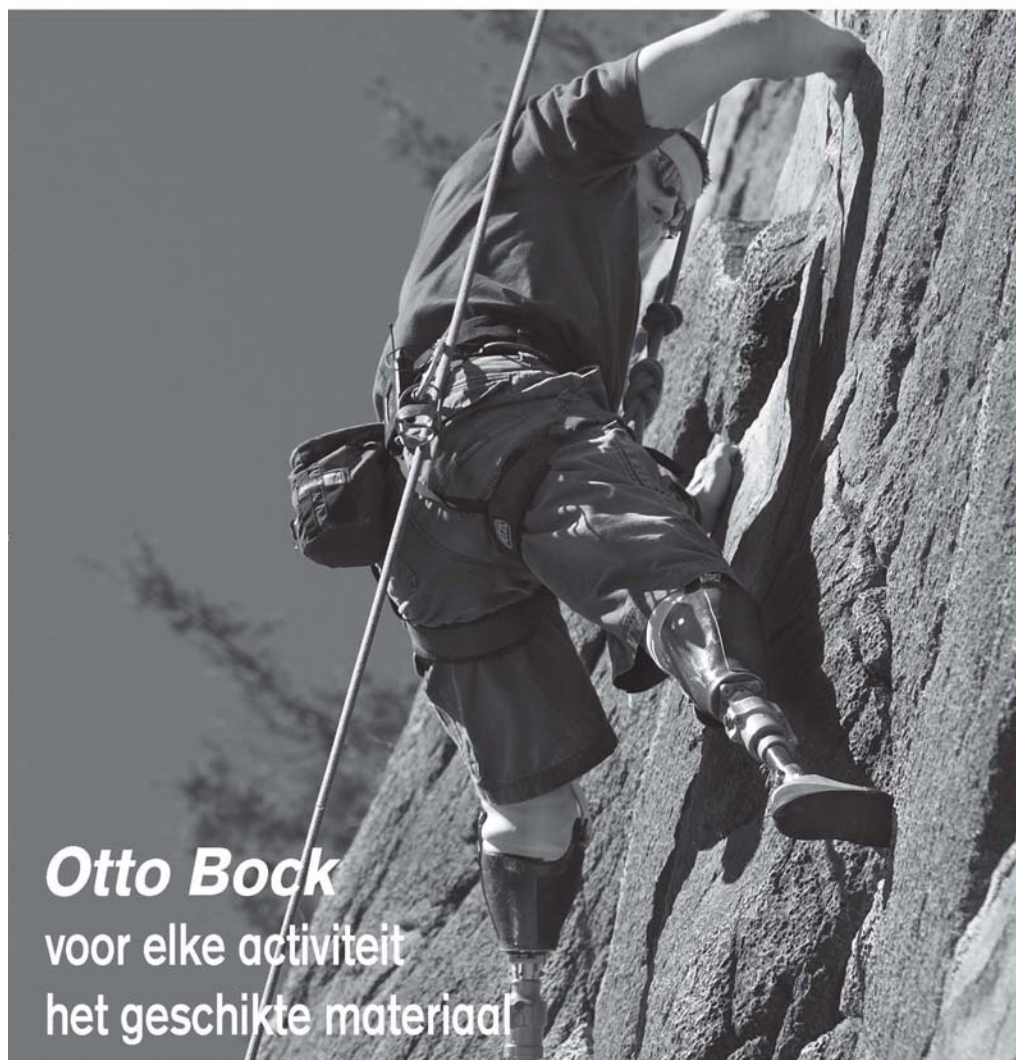


Verslag initiatie monoski, bi-unique, 4-track en 3-track + begeleiding monoski

Bij aanvang dacht ik dat ik samen met een aantal anderen in groep ging leren hoe je een zitski bestuurt. Tot mijn vreugde was het veel meer dan dat. Ik leerde eerst hoe het materiaal moest worden opgezet, hoe je iemand in de zitski helpt en hoe die erin wordt vastgemaakt. Ik werd begeleid door Lionel Demeulenaere en Anita Verschuere. Lionel heeft een verlamming aan 1 been en Anita heeft een volledige onderbeenverlamming. Beide zijn ski-initiators..

Hanne, een meisje van 10 jaar met een quadriparese of gedeeltelijke verlamming van zowel bovenste als onderste ledematen, kwam haar eerste monoski-lessen volgen met haar vader. Ze zit in een rolstoel maar kan wel een beetje zelfstandig gaan. In haar armen heeft ze ook wat kracht. Ze voelde zich wat onzeker en verlegen, maar Anita en Lionel konden haar redelijk op haar gemak stellen. Ik hielp Hanne in de junior mono-ski. Hanne kreeg een deken om rond de benen te doen om zeker geen kou te vatten en daarna deed ik de riemen rond haar voeten, benen en middel vast. Anita en Lionel gaven haar 2 stabilo's en Hanne moest leren zo haar evenwicht te bewaren. Toen dat lukte duwde ik haar meermaals een stukje van de helling op en begeleidde haar terwijl ze de berg afgleed. Hanne kreeg instructies meer op haar stabilo's te duwen en ik moest minder begeleiden zodat ze zelf haar evenwicht in handen had. Na meerdere pogingen klaagde Hanne van pijn in de elleboog, waardoor ze er niet in slaagde om op de stabilo's te duwen. Het bleek dat de stabilo's te lang waren wegens verkeerd afgesteld. Dit werd aangepast. Om Hanne eens het gevoel te geven om van een berg te glijden, werd ze begeleid op de sleeplift en naar boven gebracht. Eenmaal boven mocht ik haar begeleiden. Ik ben best een ervaren skiër, maar wist helemaal niet of ik dat ging kunnen. Gelukkig is de helling in Komen niet steil en weegt Hanne weinig. Ik ploegde met mijn ski's om zeker niet te veel snelheid te maken en gemakkelijk te kunnen draaien. Beneden gekomen zei Lionel dat ik parallel moet skiën en met de zitski bergopwaarts gaan om te remmen. Toen ik dat deed merkte ik dat ik nog maar weinig aan mijn ski-ervaring had omdat ik niet mijn benen skiede, maar met de zitski en mijn ski's enkel maar volgden. Zo voelde Hanne ook veel beter de bewegingen aan die ze zou moeten maken bij bochten en raakte ze een beetje gewend aan het glijden. Ik merkte dat ze hier echt plezier aan beleefde. Wat later was het tijd om haar alleen een stukje te laten afglijden. Ik duwde haar achterwaarts de helling op zodat ze onmiddellijk in de dalrichting stond. Van zodra ik voelde dat ze in evenwicht stond, liet ik haar glijden. Ik bleef wel voor haar meelopen om haar op te vangen. Hanne kreeg instructies dat ze voor haar moest kijken. Dit was niet zo evident omdat haar de grootste moeite kostte om in evenwicht te blijven. Als ze naar rechts viel moest ze haar linkerarm uitsteken en omgekeerd. Daarom liep ik voor haar de berg af en zei dat ze naar mij moest blijven kijken. Met veel geduld is Hanne er uiteindelijk in geslaagd een 5-tal meter zelfstandig naar beneden te glijden. Hanne was dolenthousiast en plots merkte ik dat we met een 6-tal mensen rond haar stonden te juichen. Op dat moment voelde ik wat sport en de in-

Otto Bock®
QUALITY FOR LIFE



Otto Bock
voor elke activiteit
het geschikte materiaal

www.ottobock.be

Otto Bock Benelux B.V.
Ekkersrijt 1412 · 5692 AK Son en Breugel · Nederland · Tel. +31 (0)499 474 585 · Fax +31 (0)499 476 250

(Vervolg van pagina 7)

spanningen van Anvasport betekenen voor zowel de begeleiders als de sporter. In het begin leek het ernaar uit dat Hanne nooit alleen zou kunnen skiën, maar met voldoende motivatie en geduld kwam er toch resultaat en hield Hanne er een positief gevoel aan over. Dat is uiteindelijk het belangrijkste.

Na Hanne's initiatie heb ik zelf enkele keren geprobeerd te skiën op 1 ski met 2 stabilo's. Dit heet 3-track en wordt beoefend door mensen met een bovenbeen-amputatie of heupdesarticulatie. Daarnaast heb je ook 4-track wanneer wordt geskied met 2 ski's en 2 stabilo's. Dit wordt meestal beoefend door mensen met een verlamming van een been, of met een hoge amputatie, of ook bij spasticiteit in de benen. Al op de sleeplift merkte ik hoe moeilijk het was. Om een beetje het ene been te ontlasten probeerde ik wat op de stabilo van mijn vrije hand te steunen waardoor ik ongetwijfeld tegen de grond zou gegaan zijn als ik echt maar een been had gehad en mijn tweede been niet had kunnen bijzetten. Boven gekomen, moest ik om een bocht in te zetten, de stabilo aan de dalszijde in de richting van het dal draaien terwijl ik duwde op de andere. Dit lukte eigenlijk maar half. Ik maakte de bochten wel, maar ik had het gevoel net zo goed zonder stabilo's de helling te kunnen afkomen. Ik gebruikte ze niet genoeg of niet juist, denk ik. Het was in ieder geval enorm vermoeiend in mijn ene been en steunen op de stabilo's resulteerde in bijna-valpartijen. Het belangrijkste was dat ik voelde hoe je de stabilo's stuurt omdat dit op dezelfde manier gebeurt voor zitskiën. Ik begreep nu hoe moeilijk het voor Hanne was. Verder wou ik ook eens de zitski uitproberen. Ik dacht dat dat voor mij wel ging meevallen omdat ik geen beperking heb en al kan skiën, maar daar begon ik nu heel sterk aan te twijfelen.

In de namiddag kregen Anita en Lionel zin om zelf wat te zitskiën. Lionel nam een bi-unique en Anita bleef voorlopig nog in een mono-ski. De grootste verschillen zijn dat de bi-unique op 2 ski's staat en dat je er eventueel veel vaster in zit. Er bevindt zich in tegenstelling tot de mono-ski's een extra riem ter hoogte van de borst. Er is dus minder bewegingsvrijheid waardoor het moeilijker is om zeer dynamisch met de heup te werken. Dan leerde ik hoe je iemand helpt om de sleeplift te nemen. Ik moest naast de zitskiër staan, maar achter zijn stabilo. Een kabel rond de kuip moest ik in mijn ene hand vasthouden en proberen rond de schijf van de sleeplift te doen. Als dat was gelukt hield ik me vast aan het frame achteraan de zitski en werd zo mee naar boven gesleept. Eenmaal boven kan de zitskiër dan met behulp van een mechanisme aan de zijkant van de zitski de kabel losmaken en zo zelfstandig van de sleeplift gaan.

Algemeen kan worden gesteld dat voor het lesgeven van zitskiën het grootste probleem de verscheidenheid aan beperkingen en mogelijkheden is van de skiër. Allen hebben een andere handicap met andere implicaties en hebben een andere ingesteldheid. De belangrijkste eigenschappen die een begeleider moet hebben om dit probleem te verhelpen zijn geduld, empathie, vermogen om te anticiperen op problemen, optimisme, en geloof in de slaagkansen. Geduld is nodig om te kijken en luisteren naar de sporter waar de problemen zitten waardoor iets niet lukt. Hij moet creatief zijn en kunnen anticiperen op de soort handicap die de sporter heeft. Iemand met een verlamming aan één been heeft aan

(Vervolg op pagina 11)

Carrosserie

- > alle schilderwerken
- > computerrichtbank

Car Repair Professionals
Q-garant

Garage

- > Bosch Car Service



Carrosserie *****
Garage

Vanhee Piet
exclusive Styling

ALLE MERKEN

Begoniastraat 42 B • 9810 Eke-Nazareth
Tel. 09 385 64 10 • Fax 09 385 68 32
car.vanhee.piet@tiscali.be
Piet.Vanhee2@pandora.be

GG
GlasGarage
specialist in autoruiten

- > herstelling alle autoruiten

**Nieuwe en
tweedehands-
wagens**

- > vraag uw prijs

(Vervolg van pagina 9)

dat been veel minder spiermassa. Dit kan ervoor zorgen dat men niet gemakkelijk in de zitski zit. Bijvoorbeeld een kussentje of mousse onder de bil leggen kan dat probleem oplossen. Tenslotte moet je geloven dat de skiër het zal kunnen en hem voldoende aanmoedigen en positief bekrachtigen zodat hij zelf gelooft dat hij het zal kunnen. Dit zijn allen eigenschappen waarmee niet iedereen geboren is en vooral komen door ervaring. Daarom denk ik dat goed luisteren naar diegenen met ervaring mij daarmee zal helpen.

Jeroen Brijse, student Lic Lichamelijke Opvoeding

FOTO'S GEZOCHT

Heb je nog foto's van activiteiten, stuur dan een mailtje naar onze webmaster Jochem.

webmaster@Anvasport.be



WESTSERVICE N.V.
VERZEKERINGSMAKELAARS

KOENRAAD CLOET
LIC. IN DE RECHTEN
DIRECTEUR

EZELSTRAAT 43
B-8000 BRUGGE
TEL. 050 33 52 49
FAX 050 33 12 17
GSM 0495 25 68 50
KOEN.CLOET@WESTSERVICE.BE



Omdat iedereen anders is...



... is er voor elk individu een voet.

De voordelen van Flex-Foot® zijn er voor iedereen. Of u nu jong bent of wat ouder: u heeft altijd baat bij de hoge energieruggave van uw Flex-Foot, bij elke stap die u zet. Zoals Oscar Pistorius zijn sprintvoet gevonden heeft, zo vindt een ieder in het omvattende productenpakket van Ossur zijn individuele Flex-Foot met de eigenschappen die bij hem past.

www.ossur.nl



Leg Without Limitations™

Ski programma 2010 - 2011

Er komt alweer een druk skiseizoen aanzetten.

Neem alvast je agenda bij de hand en noteer volgende data.

Ski initiaties

09 oktober	Peer
23 oktober	Komen
06 november	Peer
20 november	Komen
04 december	Peer

Ski vakanties

21/01/2011 tot 29/01/2011	Ski vakantie voor aangepast staand skien
29/01/2011 tot 05/02/2011 vorderden	Zitski vakantie voor beginners en half ge-
08/04/2011 tot 16/04/2011	Ski vakantie voor families

Inschrijvingen kunnen via de website van Anvasport

www.anvasport.be

Veel skiplezier!!!



KOPIER- PRINT- EN DRUKWERK

WALBURGSTRAAT 81 - 9100 SINT-NIKLAAS - 03/766 03 23
K O P I E - E X P R E S S @ S C A R L E T . B E

Thuis in water



www.claeys-verhelst.be

VERWARMING

LEVENSLANG WONEN

WISSELSTUKKENLIJN

KEUKENTECHNIKEN

VENTILATIE

VERBINDINGSTECHNIKEN

BADKAMERS



Claeys - Verhelst
DE BETERE BADKAMER

Durbuy-Canal Du Bourgogne & Meigem Sud II

De ex-fietsgoeroe -en nu de organist van Meigem geweest voor 3 weken- heeft voor het eerst deelgenomen aan het adventure weekend in Durbuy. Meedoen mensen! Er is vanalles te doen, op het programma o.a. rotsklimmen, speleologie en kanovaren op de Ourthe, plus een BBQ en nachtfuif met de andere groepen aldaar aanwezig (studentenclubs). De nachtfuif heb ik zelf wat uitgelokt met een goeie playlist en (in alle ootmoed) mijn beruchte danstalent. Ik geef toe: ik heb enkel maar deelgenomen aan de kano-tocht, voor de rest aan het zwembad gelegen wegens onmenselijk heet.

Ook de "benidorm bastard" uitgehangen met mijn naamgenoot en Patrick -nee, niet P VDV-: een voorbeeldje, aanschui-ven aan de gemeenschappelijke BBQ, een beetje klagen over fantoompijn, uitleg geven hoeveel pijn dat soms doet, "mankend" mogen voorgaan, en dan na-tuurlijk mankloos verder stappen. 't Is maar één keer gelukt... De "deuche" is in panne gevallen op de oprit van de locatie (Flory wil nooit meer meerijden met mijn limousine) en de studentenclub heeft me een paar keren in gang geduwd. En ik ben huiswaarts gekeerd met Reinie en Elien (24 & 23 lente's) in mijn 2PK. Doe me maar na... ;-)



Canal Du Bourgogne: Van Tonnerre tot Dijon ; ongeveer 85 sluizen (het kanaal moet hoogtes overwinnen die bevoorrad worden door talloze lacs in de omge-ving -en waar je meestal ook kan rondfietsen- Het kanaal is perfect fietsbaar voor tweewielers; vlakke aangestampte kiezel of gravépaden, maar aan elke sluis helaas een verhoging, dus onmogelijk voor driewielers met voortractie.. Jammer, want het is prachtig in de cote d'Or: Onthaasting, bijna geen commerci-eel toerisme, overal een gedoogbeleid voor kampeerauto's. Dus tweewielers, ontbeend of niet: allen daarheen, fietsparadijs!

In het terugkeren Reims aangedaan en Lac d'Ailette ontdekt (onder Laon): volle-dig omzoomd met fietspaden en voie-vertes, ook de kanalen in de buurt zijn uit-gerust met nieuwe fietspaden.

Meigem Sud II: Ik heb het genoeg gehad om als kersverse inwoner van Mei-gem mee te mogen doen met de Heilige Bloedprocessie. Let wel: het dorp telt amper zevenhonderd inwoners, vierhonderd mensen nemen deel aan de pro-cessie! De driehonderd niet-deelnemers nodigen familie en vrienden uit en zo wordt dit de Meigems Hoogdag. Wie was ik? Koning Balthasar, wat een eer!

Ik was gewaarschuwd door Nicole van het plaatselijke café de onnozelaar niet

(Vervolg op pagina 16)

(Vervolg van pagina 15)

te veel uit te hangen, op straffe van uitwijzing bij middel van pek en veren. Dus heb ik heel sereen de vijf kilometer afgewandeld zonder mij ook maar één frivoliteit te permitteren.

Meigem ligt me; ik heb samen met de oud-koster geprobeerd het orgel wat op punt te zetten. Dat behelsde onder andere de buisjes uitblazen en de toonhoogtes wat aanpassen. Nu klinkt het ding al helemaal anders.

Drie weken lang heb ik op het orgel mogen spelen, in de uren buiten de misvieringen. Zo kon ik het dorp vergasten op rock en jazz per kerkorgel op de hete julimiddagen.

Groeten vanuit het aards paradijs,

Johan, Nele, Kiek Veronique, Paris, Dakar, Bunny en Clyde en de rest van de loslopende menagerie!



Verhuizen... dat nooit!

Alle verdiepingen
weer bereikbaar

Vraag vrijblijvend informatie

0800 94 365 - GRATIS

Overal in België - 24u/24u!
Esthetisch en discreet!
Eigen fabricaat!

www.monolift.be

NIEUW - ook voor smalle trappen!

Trapliften - Huisliften

Ja, stuur mij uw GRATIS documentatie

ANV

NAAM:

ADRES:

TEL:

ThyssenKrupp Monolift nv
Kaleweg 20 - 9030 Gent - Fax 09 216 65 75 - info@monolift.be - Regionale centra: 02 217 37 84 - 03 239 21 43 - 011 25 25 43 - 09 216 65 65 - 090 34 54 50

Hoera, Ik kan alleen fietsen!!!!

Na 30 jaar is het me eindelijk gelukt met een tweewielig rijtuig zijnde "een fiets" te berijden

Reeds jaren was ik op zoek om met m'n prothese (vanwege heup-desarticulatie niet zo evident) een fiets te vinden waar ik zonder veel ongelukken mee op het rechte pad bleef !

Deze ware openbaring heb ik dus te danken aan een ontmoeting op het ANVA- fietsweekend in Geraardsbergen met Frederik.

Frederik werkt als Sportverantwoordelijke UZ pellenberg dienst Fysische Geneeskunde en revalidatie, waar onder andere ook een "adviescentrum aangepast fietsen" is opgericht.

In één van de gesprekken tussen pot en pint (Anva blijft anva, eh!)

kwam mijn lang gekoesterde droom tot vervulling en werd er nog wat doorgeboord over de specifieke problemen van het op- en afstappen met een gewone fiets. Hij raadde mij dan ook aan de mogelijkheden te komen uittesten, wat we dan ook deden op een bloedhete dag in juni.

Ik had mijn verwachtingen niet al te hoog gespannen zodat de ontgoocheling niet te groot zou zijn. We werden fijn onthaald en er werd geen moeite gespaard om uit het ongelooflijk arsenaal fietsen en aanpassing op fietsen er een paar uit te proberen. Gewone fiets met diverse aanpassingen leek niet te lukken, maar met de laatste uit het rijtje lukte het wel.



Ik was direct verkocht, ik voelde het zodra als hij onder mijn kont schoof dat was hem !!

Na de rondjes die Frederik en Tuur al in het zweet hadden gelopen om me recht te houden op deze bloedhete dag zag ik reeds na een paar trappen dat ze achterop geraakten, dit betekende dat ik "alleen fietste met ne velo op 2-wielen". Mensen ik moet jullie niet vertellen hoe dat voelde, hemels, zalig, vrijheid, alles ging door mijn hoofd en ik kon ieder wel kussen en 1/2 pellenberg op zijne kop zetten. Er werden nog wat mensen bij gehaald om het uitzonderlijk nieuwtje geloofwaardiger te maken !

Beste anva-fietsgezinde leden, ik kan jullie al-





Gelukking heeft ook deze Kim een sponsor

CM-FIT & FUN

Wie beweegt, wordt gesponsord. Regelmatig bewegen houdt je fit en gezond. Daarom belooft CM haar jonge leden die niet stil willen zitten met een leuke bonus. Wie zich aansluit bij een sportclub, jeugdvereniging of deelneemt aan openluchtklassen krijgt een deel van de kosten terugbetaald. Wil je precies weten hoeveel je cadeau krijgt, loop dan eens langs bij een CM-kantoor in je buurt. Of surf naar www.cm-skoebidoe.be.

CM-Skoebidoe doet nog veel meer. Van informatie en tegemoetkomingen tot de organisatie van vakanties en thuisopvang bij zieke kinderen. Voor jonge gezinnen en kinderen staat CM-Skoebidoe klaar met sterk advies en massa's voordelen.



CM. Op uw gezondheid.

(Vervolg van pagina 17)

leen maar adviseren: heb je een fietsprobleem hoe klein het ook mag zijn "ga ten rade en maak een afspraak " bij het adviescentrum, deze mensen zoeken samen met jouw naar een geschikte fietsaanpassing !

U kan Frederik best rechtstreeks contacteren

op: frederik.lenaerts@uzleuven.be

+32 16 341 796

Niet aarzelen maar doen!!!

Fietsende groeten en tot één van Anva-fietstochten

Marijke

Warme beenhespfestijn 16 oktober

Op 16 oktober is het weer zover, ons alom bekende eetfestijn.

Zoals jullie vast wel weten is Anvasport een organisatie die volledig berust op vrijwilligers. Om onze activiteiten te kunnen aanbieden tegen zeer democratische prijzen moeten er dan ook nu en dan wat euro's in het laatje komen.

Daarom doen we dan ook beroep op al onze leden en sympathisanten om eens lekker te komen eten, een leuke avond te hebben en ons zo te steunen.

Eetkaarten zijn te verkrijgen bij onze vaste medewerkers aan € 15,00.

Mocht je echt niet kunnen komen, geen paniek, bij onze vaste medewerkers zijn ook tombola-kaarten te verkrijgen aan € 0,50.

Hopelijk zien we jullie op het eetfestijn!

Plezier verzekert!!!

Start Brugge-Moskou + ANVA-familiefietstocht

15 augustus 2010

Vandaag vertrekken 20 dappere wielrenners vanuit Brugge om 3000km af te fietsen tot Moskou samen met vriend Guus als chauffeur van de volgwagen. Daarbij doen ze dit ten voordele van onze vzw Anvasport. Wat een eer! Aan de deelnemers van dergelijke huzarentocht: bedankt hiervoor!!

Afspraak bij het ochtendgloren met Tuur, Greet, Anita en Filip in een charmant hotel in de Brugse binnenstad. Om 7 uur 45 zijn we aangekomen op de Burg, plaats van de start, waar meer volk aanwezig was dan in heel de binnenstad (Brugge likte zijn wonden na een dansavond & -nacht 'benenwerk'). Na de toespraak van onze burgervader Patrick Moenaert en de organisator van de tocht, Roland Hurtecant, mochten we de enige vrouwelijke wielrenster en de overige 19 wielrenners vergezellen bij de eerste kilometers van hun tocht.

Als we uit de binnenstad waren, werd al snel duidelijk dat die groep niet van treuzelen hield en Anita heeft dan maar laten zien dat ze dat tempo ook wel aankon. Nadat we voorbij de brug van Steenbrugge waren, hebben we de groep uitgewuifd en zijn we teruggekeerd naar de Grote Markt in Brugge om er een koffietje te nuttigen op de gezondheid van de ouders van onze voorzitter. Hierna namen we een stevig en heerlijk ontbijt op de Grote Markt in restaurant de Carré, een vaste Anvasportpaaseitjes-sympathisant, om vervolgens richting Damme en Sluis te fietsen met Tuur (mijn ervaren tandempiloot), Greet, Anita, Theo, Ronny, Filip, Johan en zijn immer vrolijke Marijke en niet te vergeten Ludo en Marie-Jeanne. Theo is een geoefend handbiker uit het Brugse en als lokale expert mochten we beroep doen op hem voor een handbike-obstructie-vrij parkoer; belangrijk!!! (want bij eerdere fietstochten hebben dergelijke autovrije fietsbarrières voor de Anva-handbikers al voor problemen gezorgd). Vóór we konden vertrekken passeerde toevallig de Blindkensprocessie die we mochten aanschouwen; dit is een eeuwenoude traditie die al voor de 706e keer uittrekt en daarmee één van de oudste processies van Europa is. Het was wel grappig dat de Anvasporters meer aandacht kregen dan de processie. Na dit obstakel konden we aanzetten richting Damse vaart, een vaart die Brugge met Sluis verbindt omgeven door prachtige natuur. Er was niet veel volk onderweg waardoor we de vaart voor ons alleen hadden. Boven de vaart was een pak bewolking, een strakke noord- westenwind die ons harder heeft doen trappen maar gelukkig geen spatje regen. Na het prachtige Damme gepasseerd te hebben, werd het tijd voor de eerste stop in Hoeke, een authentiek klein vissersdorpje tussen Damme en kust, om een drankje te nuttigen op een terrasje om erna door te zoeven naar Sluis. Opeens moest de karavaan halt houden voor iemand die een vijs verloren was, ik voelde me gevisseerd want het ging niet over mijn vijzen, gelukkig maar... Het was een vijs van de rolwagen van Marie-Jeanne die vlug gevonden werd en vastgemaakt door de techniekers van Anvasport. Met alle vijzen vast reden we door naar Sluis. Eens aangekomen in Sluis hebben we het stadje wat verkend om erna iets te eten in een tea room op de markt van Sluis. Met de buikjes vol en de wind in de rug terug richting Brugge maar nu een ande-

re weg: eerst de vaart over met de overzet om dan via de Lapscheurse kreken richting Moerkerke te rijden. Een prachtige route! Nu nog enkele stops om iets te drinken en een ijsje te eten tot het noodlot toesloeg: de tandemmotor van Ludo en Marie Jeanne's fiets had het begeven en dat betekende voor Ludo dat hij serieus mocht trappen en ook nog geen beetje. Gelukkig voor hem waren we niet zo ver meer van huis maar hij verdient toch een gouden medaille. In de streek van Moerkerke gidste Theo ons feilloos tot aan zijn huis waar hij ons een drankje wilde aanbieden maar omdat het er meer en meer naar uitzag dat het zou gaan regenen, hebben we dit niet gedaan, toch bedankt Theo! We namen afscheid van Theo en dan zijn we doorgereden naar Brugge waar we mekaar weerzagen op de Markt en Ludo ons nog iets heeft aangeboden om te drinken. We hebben nog wat bijgepraat en bijgelachen.

Het was een zeeer aangename typische Anvasportdag met nieuwe mensen en niet te vergeten een nieuwe fietsverantwoordelijke, Tuur genaamd. Hij is niet alleen een zeer goede tandempiloot maar ook een meer dan waardige opvolger van Johan-with-something-missing-on. Een pluim voor onze nieuwe fietsgoeroe die ons heeft geleid via de mooiste hoekjes van de streek, zonder verkeerd te rijden (we hebben het nog anders geweten ;)

Aan de 20 renners en Guus met de volgwagen die naar Moskou zijn vertrokken tvv Anvasport: 1000 maal DANK voor wat jullie doen voor ons! We duimen voor jullie!!!

Aan iedereen die heeft meegewerkt om deze dag te helpen slagen BEDANKT en **tot een volgende keer!**

Thomas Bouckaert
Brugge

Personalia

Op de wereldkampioenschappen zwemmen van het Internationaal Paralympisch Comité in Eindhoven heeft Sven Decaesstecker brons veroverd.

In de 200 meter wisselslag werd hij derde in 2:15.39, meteen ook een Europees record.

Proficiat vanwege alle anvasporters.

Zitskistage Ice-Mountain Komen

In de week van 18 tot 22 augustus vond opnieuw de skistage plaats in Ice-Mountain. Voor mij, zijnde Pieter Van Tieghem, ook wel "De West-Vloaming" genoemd of "De Gebeur" was het mijn eerste deelname! We waren met een 6 tal deelnemers en 4 lesgevers.

De stage begon dagelijks om 12u. De eerste dag enorm veel sneeuw gegeten. Ik was namelijk een beginnelingske te opzichte van de anderen. Alle begin is moeilijk en je moet ook weten dat het 6 maanden geleden was dat ik nog eens in een zitski zat. Gelukkig was Jeroen de stagiair er die me veel heeft moeten oprapen! Voor ik het besepte was het al 14u, tijd om iets te gaan eten. De ribbetjes met friet en een fris slaatje smaakten me wel! Na wat bijstellen van het materiaal was het rond 15u30 terug tijd om in de zitski te kruipen en nog een goeie 2u te skiën. Om 17u30 zat de eerste dag er al op. Na het materiaal op te bergen was er nog tijd om wat na te praten over de dag! Daarna gingen we moe maar voldaan terug huiswaarts.



Donderdag ging het al heel wat beter. Alleen de lift nemen en afkoppelen boven was op het einde van de dag al geen probleem meer! Wat een opluchting voor Jeroen die al veel minder werk had en zich nu wat meer kon bezig houden met mijn stuurtechniek. Onder leiding van Ronny probeerde ik mijn eerste bochten te maken met vallen en opstaan! Zo werd er vrijdag en zaterdag nog flink ver-

der geoefend aan het nemen van bochten en de stuurtechniek.

Zondag was het tijd voor het Vlaams Kampioenschap. Elk van de 6 deelnemers moest 5 keer het slalomparcours afleggen. Dit was nog iets te moeilijk voor mij maar, deelnemen is belangrijker dan winnen hé. Na de middagpauze oefende ik met Anita nog wat het bochtenwerk! Heb toch enkele keren alleen de piste naar beneden gekomen!

Mijn doel is bereikt namelijk alleen kunnen skiën. Mijn droom is dus werkelijkheid geworden! Nu is het een kwestie van onderhouden!

Kortom: We kunnen met de hele groep terugblikken op een zeer gelaagde zitskistage! Op naar Les Gets of de initiaties waar we verder kunnen trainen! Bedankt aan iedereen die erbij was!

Pieter Van Tieghem

Ken je iemand die lid wil worden van Anvasport?



Contactadres:
Caritasstraat 2a
9090 Melle
09 / 252 21 28

Ik word lid van Anvasport!
Stuur mij terug per post of naar info@anvasport.com

Naam + voornaam	
Straat	
Postcode	
Gemeente	
Tel	
Gsm	
E-mail	
Geboortedatum	
Lengte	
Gewicht	
Rijksregisternummer	
Andersvalide ☐	Vlaams Fondsnummer vf/
Valide ☐	
VLG - nr (Vlaamse Liga voor Gehandicaptensport)	
Anvasportboekje per post ☐ e-mail ☐	
Elektronische nieuwsbrief ja ☐ nee ☐	
Andere gezinsleden die aan onze activiteiten wensen deel te nemen:	
Naam + voornaam	Geboortedatum

		
Doorniksewijk 103/105 8500 Kortrijk Tel. 056/21 19 77 info@verana.be WWW.VERANA.BE		GORDIJNEN BEHANG MEUBILAIR VERLICHTING INTERIEUR-RENOVATIES SCHILDER- EN BEHANGWERKEN
	Openingsuren: ma.-vr. 10u-12u en 14u-18u Zaterdag op afspraak	