

Sportgroep

Bewegen kan een positieve invloed hebben op je herstel. Zeker als je dat bewegen samen doet met lotgenoten is dit een krachtige tool om jezelf beter te gaan voelen. Tijdens de Sportgroep wordt op een laagdrempelige manier met elkaar gesport. Samen in beweging zijn is het doel van deze groep.

In de Sportgroep worden op een laagdrempelig niveau verschillende spellen gedaan. Hierbij kun je denken aan voetbal, basketbal, badminton en allerlei andere sportieve activiteiten. Daarnaast is er altijd tijd om samen een bakje koffie of thee te drinken en gezellig met elkaar een praatje te maken.

De bijeenkomsten worden geleid door twee ervaringsdeskundigen die affiniteit hebben met sport en dit hebben ingezet in hun herstel.

Voor wie?

Iedereen is welkom bij de Sportgroep. Zelfs als je niet sportief bent kun je deelnemen aan de laagdrempelige activiteiten.

“De sportgroep is een fijne plek om onder de mensen te zijn en actief bezig te zijn. Hierdoor kan ik mijn gedachten even verzetten.”



Praktische informatie

De sportgroep is een doorlopende groep. Er is geen vast aantal bijeenkomsten. Je kunt in- en uitstromen wanneer je dat zelf wilt. De bijeenkomsten duren 2 uur en vinden plaats op donderdagmiddag van 14:30u tot 16:30u.

Locatie: Gymzaal Jadedijk Sportfondsen Jadedijk 11, 4706 KP in Roosendaal

Contact

Wil je meer informatie of wil je je aanmelden, neem dan contact op met de ervaringsdeskundigen van HerstelXL via herstelxl@ggzwnb.nl of bel ons op **0164 - 28 99 88**.

Waar 'hij' staat, kan ook 'zij', 'die', 'hen' of een ander passend voornaamwoord gelezen worden.