

Voelt u zich als een vis in het water?

Laat onze bewoners van Zonnehuis Oostergast ook de spetters ervan vliegen door samen te genieten van bewegen in water.

Profiel van een zwemmaatje

- U voelt zich als een vis in het water.
- U geeft de bewoner letterlijk een warm bad.
- U helpt de bewoner bewegen en ontspannen in het water (onder begeleiding van bewegingstherapeuten).
- U heeft een half uurtje even alle tijd en aandacht voor de bewoner.
- U helpt de bewoner met aan- en uitkleden.
- Door koppeling aan steeds dezelfde bewoner, bouwt u samen een fijne band op.



Waar en wanneer?

We zwemmen in het Optisport Zwembad Zuidhorn. Dit doen we elke dinsdagochtend van 09:30 – 10:00 uur of van 10:00 tot 10:30 uur. Het is ook mogelijk voor eens per 14 dagen.

Contact

Bent u degene die samen met ons slagen wil maken? Voor informatie kunt u contact opnemen met vrijwilligerscoördinator Baukje Donker.
T: 0594 – 508 518
E: b.donker@zonnehuisgroepnoord.nl



Adres Zonnehuis Oostergast
Gemmastraat 14
9801 VG Zuidhorn

Adres Optisport zwembad
Atlasstraat 3
9801 VA Zuidhorn

Saskia is bewoonster van het eerste uur in Zonnehuis Oostergast. Elke dinsdagochtend is ze in het zwembad te vinden.

"Ik kan in het water heerlijk ontspannen. Ik heb veel pijn in mijn benen en in het water is er minder spanning. Los van dat het goed en ontspannen is, vind ik het ook super gezellig. En een fijn contactmoment met andere mensen. Ik kan het zwemmen echt aan anderen aanraden.

Ik heb een vaste vrijwilliger die mij helpt. Dat vind ik geweldig. Een dikke pluim voor haar en alle vrijwilligers die helpen."