

# 'Kinderen genieten als ze merken dat ze wél kunnen sporten'



Als ouder wil je niets liever dan dat je kind actief beweegt en sport. Gelukkig is er steeds meer aandacht voor de bewezen positieve effecten daarvan. Maar niet alle kinderen lukt het om aansluiting te vinden bij een sportclub. Kinderfysiotherapeut Danny

Cornelissen weet daar alles van. Hij werkt bij Heliomare en is betrokken bij het Fitkids programma.

Danny: 'Soms hebben kinderen al van alles geprobeerd aan sporten. Maar lukt het door een fysieke of mentale

problemen niet of voelen zij zich niet begrepen door trainers. Daar worden kinderen onzeker door en verliezen het plezier in bewegen en sporten.

Er zijn ook kinderen die een passief leven leiden, bijvoorbeeld doordat zij in een rolstoel zitten of moeilijk te motiveren zijn. Onze ervaring is dat voor ieder kind wel een mogelijkheid is om te bewegen en sporten. Wij doen dat met het programma Fitkids.

Een voorbeeld? Een jongen met een vorm van autisme deed mee. Hij zat op zwemmen, maar was daar te moe voor. Daarna ging hij op voetbal, maar hij kon slecht tegen zijn verlies. Hij begon dan te schoppen of rende weg.

Bij Fitkids heeft hij geleerd om tot tien te tellen en in en uit te ademen. Of als hij zijn boosheid voelde opkomen ging hij even aan de kant van het veld zitten, om even af te koelen. Het lukte hem dat te doen. Dankzij Fitkids ging ook zijn conditie flink vooruit. En misschien wel het belangrijkste is, dat hij heeft geleerd om met andere kinderen om te gaan.

Tijdens het Fitkids programma, dat een jaar duurt, proberen we allerlei sporten uit en gaan we met de kinderen naar verschillende sportverenigingen. Die zijn vaak heel welwillend om kinderen een passende plek te bieden en de benodigde begeleiding.'

## Door Fitkids doet hij weer mee!



Het is fijn wanneer ieder kind kan bewegen en sporten. Ook als het een beperking heeft, een ziekte, overgewicht of anderszins. Fitkids kan uitkomst bieden als sporten niet vanzelfsprekend is. Want door Fitkids leert je kind spelenderwijs dat het gewoon mee kan doen. En dat sporten heel leuk is! Onder begeleiding van een (kinder) fysiotherapeut en bewegingsagoog komt je kind wekelijks in aanraking met verschillende sporten, zoals: voetbal, fitness, tennis of boogschieten. **Ons sportcentrum is er voor iedereen!**

**heliomare**

[heliomare.nl/  
fitkids](https://heliomare.nl/fitkids)