



# PROBE

beweegt

- 
- DAGBESTEDING | BETER DAG- EN NACHTRITME
  - SOCIAAL – FYSIEK EN MENTAAL STERKER
  - UIT HUN EIGEN COMFORTZONE HALEN

- *Onze (nieuwe) cliënten in beweging brengen;*
- *Hun gezondheid en dagindeling verbeteren;*
- *Hun sociale, fysieke en mentale weerbaarheid vergroten.*

**1. DIT WILLEN WE!**



- *Door dagbesteding hun dag- en nachtritme verbeteren;*
- *Hun sociaal functioneren versterkt wordt;*
- *Ze uit hun vertrouwde comfortzone gehaald worden;*
- *De zelfredzaamheid vergroot wordt.*

**2. DAAROM!**

- *Pilot gestart met enkele bestaande cliënten;*
- *Collega's gaan reeds op individuele basis met cliënten sporten i.h.k.v. betere dagbesteding en sociale activatie;*
- *Veelal cliënten met multi-problematiek.*

### 3. SOCIALE ACTIVATIE

- *Sporten in groepsverband;*
- *Individueel sporten;*
- *Sportdagen organiseren.*

4. ZO DOEN WE DAT!

- *Nieuwe cliënten;*
- *Cliënten WMO (overeenkomst met Maastricht Sport);*
- *Forensische cliënten;*
- *UWV cliënten i.h.k.v. trajecten.*

5. VOOR WIE?



- *(Kick)boksen;*
- *(Zaal)voetbal en basketbal;*
- *Tennis, maar ook joggen of (bos)lopen;*
- *Sportaanbod Maastricht Sport:*

<https://www.maastrichtsport.nl/sport-en-beweegaanbod-maastricht/sport-abc/target=adult>

## 7. WELKE SPORTEN?

- *Johan Cruijff Courts Maastricht / openbare velden;*
- *Geusselt veld voor 7 vs 7;*
- *Zaaltje huren voor sport activiteiten;*
- *Sportschool Basic Fit;*
- *(Kick)boksen bij boksschool of buiten;*
- *Basketbal (openbare veldjes).*

8. WAAR?