

fitkids spelen samen

je kunt meer overwinnen dan je denkt

wat biedt fitkids

Fitkids is een fitness- en oefen programma dat speciaal ontwikkeld is voor kinderen en jongeren met een chronische ziekte, beperking of langdurige aandoening. De kinderen trainen onder professionele begeleiding van een (kinder)fysiotherapeut. Bij Fitkids wordt zowel individueel op fitness-apparatuur, als in groepsverband getraind. In groepsverband worden allerlei soorten sport en spel gedaan. Het sociale element is een onlosmakelijk deel van Fitkids.

voor wie is fitkids

Fitkids is er voor kinderen en jongeren van 6 tot 18 jaar met een chronische ziekte, beperking of langdurige aandoening.

Te denken valt aan astma, cystic fibrosis, downsyndroom, diabetes, jeugdreuma, autisme, hartafwijkingen of een motorische achterstand. Natuurlijk kunnen kinderen die gebruik maken van een rolstoel ook meedoen!



waar- om fitkids

Bij Fitkids ontdekken kinderen dat bewegen goed en vooral leuk is. Ieder kind werkt aan persoonlijke, flexibele en uitdagende doelen. Zo krijgt én houdt een kind de regie over zijn/haar eigen leven. Wetenschappelijk onderzoek* heeft aangetoond dat Fitkids gezond is voor kinderen met een chronische ziekte, beperking of langdurige aandoening. De resultaten bewijzen dat zowel de fysieke als mentale fitheid verbetert.

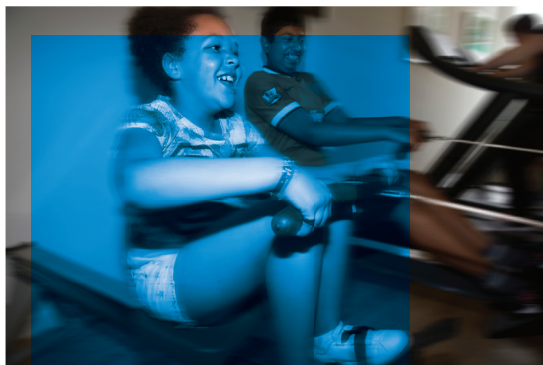
*Kotte E.M.W. et al. Effects of the Fitkids exercise therapy program on health-related fitness, walking capacity, and health-related quality of life. Phys Ther. 2014;94:1306-1318.

fitkids durven

fitkids doen mee

Fitkids is een dynamisch project; kinderen blijven een half jaar tot maximaal een jaar in Fitkids. Het uiteindelijke doel van Fitkids is de doorstroom naar een reguliere of aangepaste sportvereniging. De Fitkidsbegeleiders zijn op de hoogte van de mogelijkheden voor sport en beweging in de buurt.





fitkids waar

Fitkids wordt op meer dan 165 locaties in Nederland gegeven. Er is bijna altijd wel een Fitkidscentrum in de buurt.

Op de website www.fitkids.nl staat een overzicht van alle locaties.

fitkids have fun

hoe fitkids

Huisartsen, kinderartsen en jeugdartsen kunnen doorverwijzen naar Fitkids. Met de doorverwijzing van een arts worden de Fitkidslessen door de meeste zorgverzekeraars vergoed. Bij vragen over de vergoeding kan contact worden opgenomen met het Fitkidscentrum in de buurt.



Stichting Fitkids zorgt voor het beheer en de kwaliteit van het Fitkidsprogramma. De stichting wil graag het aantal Fitkidscentra uitbreiden in Nederland, zodat ieder kind met een chronische ziekte, beperking of langdurige aandoening volwaardig participeert in een inclusieve samenleving.

fitkids doen mee

Meedoen?
Ga naar **Fitkids.nl**

fitkids doen mee



zij ook?